ஓஷோ

கல்லும் கனியாகும்

கவிதா வெளியீடு

கல்லும் கனியாகும்

(HAMMER ON THE ROCK)

ஓஷோ

தமிழாக்கம்:
வரலொட்டி ரெங்கசாமி



கவிதா பப்ளிகேஷன்

8, மாசிலாமணி தெரு,
பாண்டி பஜார்,
தியாகராய நகர்,
சென்னை – 600 017.

044-4216 1657
+91-7402222787
kavitha_publication@yahoo.com
kavithapublication@gmail.com
www.kavithapublication.in

கல்லும் கனியாகும்

முதற் பதிப்பு : மார்ச், 2019

விலை : ₹ 300/-

Kallum Kaniyagum (Tamil)

Originally published in English as
Hammer on the Rock

Translation Copyright © 2012

Copyright © 1975, 2012 Osho International Foundation. All rights reserved.

Copyright © All revisions 1953-2012 Osho International Foundation.

OSHO is registered trademark of OSHO International Foundation, used under license.

Translated by	**Varalotti Rengasamy**
Publishing Editor	**Sethu Chockalingam**
First Edition	March, 2019
Pages	448
Price	₹ 300/-
ISBN	978-81-8345-201-4
Printed at	Sree Durga Printers, Chennai

Published by :
KAVITHA PUBLICATION
No. 8, Masilamani Street,
Pondy Bazaar, Thyagaraya Nagar, Chennai - 600 017.
Phone : 044-42161657, 7402222787
E-mail : kavitha_publication@yahoo.com
Website : www.kavithapublication.in

No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means electronic or mechanical including photocopying or recording or by any information storage and retrieval system without permission in writing from Osho International Foundation.

முன்னுரை

ஃப்ராய்டு (Sigmund Freud) மனவியல் துறையைத் தோற்று வித்தவர். அவருடைய மனவியல் ஆராய்ச்சியின் லட்சியங்களை உத்தமமானவை என்று சொல்ல முடியாது. மக்களை இயல்புநிலையில் வைத்திருப்பதுதான் அவருடைய மனநல சிகிச்சையின் லட்சியம். ஆனால் இயல்புநிலை மட்டும் போதாதே! இயல்பாக இருப்பதில் அப்படி என்ன மகத்துவம் இருந்துவிடப் போகிறது? இயல்புநிலையில் நாம் நமது அன்றாடக் கடமைகளை மட்டுமே செய்யமுடியும்.

அத்தகைய வாழ்க்கையில் அர்த்தம் இல்லை. முக்கியத்துவம் இல்லை. பார்க்கும் பொருள்களின் உண்மைத் தன்மையை அறிய அது உதவாது. அது உங்களை மரணமில்லாப் பெருவாழ்விற்கு அழைத்துச் செல்லாது. காலத்தைக் கடந்து நிற்கும் நிலைக்கு அது உங்களை அழைத்துச் செல்லாது..

இயல்பு வாழ்க்கை வாழ முடியாதவர்கள், தங்கள் வேலையைப் பார்க்க முடியாதவர்கள், மற்ற மனிதர்களுடன் சாதாரணமாக உறவுகொள்ள முடியாதவர்களுக்கு ஃப்ராய்டின் மனவியல் சிகிச்சை உதவலாம். அந்த சிகிச்சை ஓரளவு சமுதாயத்துடன் சேர்ந்து வாழ உதவி செய்யும். ஆனால் அதனால் ஒரு நாளும் உங்களுக்கு முழுமையைத் தரமுடியாது.

ஒரு கோணத்தில் பார்த்தால் நவீனகால மனவியல் சிகிச்சை உங்கள் ஆன்மிக வளர்ச்சிக்கு ஆபத்தானது. உங்கள் மனதில் திருப்தி யின்மை தோன்றும்போதுதான் ஆன்மிக வளர்ச்சி ஆரம்பமாகிறது. நீங்கள் இருக்கும் நிலையில் உங்களுக்கு அழுத்தமான நிறைவின்மை உண்டாகும்போதுதான் உங்கள் தேடல் தொடங்குகிறது. அப்போதுதான் நீங்கள் உயரத் தொடங்குகிறீர்கள். அப்போதுதான் சம்சாரச் சேற்றிலிருந்து உங்களை விடுவித்துக் கொள்ள முயல்கிறீர்கள்.

யூங் (Jung) உணர்வின்மை நிலையை இன்னும் ஒரு படி மேலே போய் ஆராய்ந்தார். கூட்டு உணர்வின்மை (collective unconscious) என்று ஒரு நிலை இருப்பதாகப் பறை சாற்றினார். அதனை ஆழமாக ஆராய முற்பட்டார். அது சேற்றில் இன்னும் ஆழமாகப் புதைவதைப் போன்ற ஒரு செய்கை. அது நமக்கு எந்தவிதத்திலும் உதவி செய்யாது.

அஸ்ஸஜியோலி (Assagioli) என்ற நிபுணர் நேர் எதிர் முனைக்குச் சென்றார். ஃப்ராய்டின் மனவியல் பகுத்தாய்வு தோல்வியடைந்ததைப் பார்த்து அதற்கு எதிராக மனவியல் கூட்டமைப்பு என்ற சித்தாந்தத்தைச் சொன்னார். ஆனால் இரண்டிற்கும் மூலம் ஒன்றுதான். அதனால் அஸ்ஸஜியோலியின் சித்தாந்தத்தினால் நமக்குப் பெரிதாகப் பயன் விளையவில்லை.

புத்தர்களின் மனவியல் அணுகுமுறையில் பகுத்தாய்வோ கூட்டமைப்போ இல்லை. அது மனதைக் கடந்து போகும் ஒரு முயற்சி. மனதைக் கடந்து அதற்கும் அப்பால் செல்லும் முயற்சி. அது மனதிற்குள் நடக்கும் ஆய்வு இல்லை. உங்களை மனதிற்கு வெளியே 'இழுத்துச் செல்லும் முயற்சி. பரவசநிலையைக் குறிக்கும் ஆங்கிலச் சொல்லான ecstacyஇன் பொருள் அதுதான். வெளியே நிற்பது..

உங்களால் உங்கள் மனதைவிட்டு வெளியே நிற்கமுடியும் என்றால்...

உங்கள் இருப்புநிலைக்கும் உங்கள் மனதிற்கும் இடையே ஓர் இடைவெளியை உருவாக்கமுடியும் என்றால் ..

நீங்கள் புத்தர்களின் மனவியல் அணுகுமுறையின் முதல்படியில் இருக்கிறீர்கள்.

அப்போது ஓர் அற்புதம் நிகழ்கிறது. உங்கள் மனதைவிட்டு விலகி வெளியில் நிற்கும்போது மனதின் எல்லாப் பிரச்சினைகளும் மறைகின்றன. ஏனென்றால் மனமே அங்கு இல்லாமல் போகிறது. அது உங்களைத் தன் பிடியிலிருந்து விடுவிக்கிறது. உங்களுக்கு விடுதலை அளிக்கிறது.

ஓஷோ

தம்மபாதா - புத்தரின் வழி - 10ஆம் புத்தகம்.

அறிமுகம்

அது ஓர் இந்திய இரவு. தவளைகளும் சில்வண்டுகளும் தொடர்ந்து போடும் சத்தங்கள் காற்றில் தவழ்ந்து வருகின்றன. உங்களைச் சுவரில் இருக்கும் ஓர் ஈயாகக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். ஓர் அபூர்வமான ஞானி தனக்கு நெருக்கமானவர் களுடன் பகிர்ந்து கொண்ட நகைச்சுவை ததும்பும் ஞான ரகசியங்களைக் கேட்கும் அபூர்வ வாய்ப்பு உங்களுக்குக் கிடைத்திருக் கிறது.

இன்றைய பல்கலைக்கழகங்களிலிருந்து முற்றிலும் மாறுபட்ட ஓர் அமைப்பை ஓஷோ தொடங்கிய காலம் அது.

மனித வளர்ச்சியின் பல்வேறு பரிமாணங்களை ஆராயத் தொடங்கப்பட்ட அமைப்பு. அது.

முதலில் தோன்றிய நோய் நீக்கல் குழுக்கள் (therapy groups) மக்களை இன்னும் ஆழமான தியானநிலைக்கு அழைத்துச் செல்வதற்காக ஏற்பட்டவை. நோய் நீக்கல் தியானத்திற்கான பாலமாக இருக்க வேண்டும் என்பதுதான் நோக்கம். முடிவில் ஒவ்வொரு குழுவும் ஓஷோவைச் சந்தித்து தங்கள் புரிந்துணர்வையும் உள்ளுணர்வையும் பகிர்ந்து கொண்டன.

கொண்டுவரப்பட்ட பிரச்சினைகள் காலம் காலமாக இருப்பவை. ஒவ்வொரு மனிதனும் எதிர்நோக்கும் பிரச்சினைகள். - பாலுணர்வு, வேலை, மனித உறவுகள், மரணம், தியானம். போன்றவை.

நாம் அதே மனங்களைத்தான் பார்க்கிறோம். அதே பொறாமை, அதிகமான உணர்வோடு வாழும் வழிகளைக் கண்டுபிடிப்பதில் உண்டாகும் அதே மகிழ்ச்சி, அதே புரிந்துணர்வு. இந்த அபூர்வமான தொடர்ச்சி என் நெஞ்சைத் தொடுகிறது.

உண்மையைத் தேடல், தன்னை அறிதல் - இன்றைய மொழி இவற்றுக்கு என்ன பெயரிட்டு அழைத்தாலும் சரி - காலகாலமாய்த் தொடரும் ஒரு யாகம். அதற்கு முடிவு இல்லை.

ஷுன்யோ

பொருளடக்கம்

முதல் நாள்

சரணாகதிதான் ஆரம்பம்

(நிபந்தனையின்றி ஏற்றுக்கொள்ளுதல் பயிலரங்கத்தின் ஒரு பகுதியாக ஓஷோ ஒரு குழுவின் அங்கத்தினர்களோடு உரையாடுகிறார். முதலில் குழுவின் தலைவரிடமும் பின் அதன் உறுப்பினர்களிடமும் பேசுகிறார். அந்தக் குழுவின் பெயர் ததாதா குழு. ததாதா என்பது மஹாயான புத்தமதத்தைச் சேர்ந்த ஒரு கோட்பாடு. அதுவாகவே இருத்தல் என்பது அதன் பொருள்.)

இங்கே வாருங்கள். உங்கள் குழுவைப் பற்றி ஏதாவது சொல்ல வேண்டும் என்று விரும்புகிறீர்களா? முதலில் நீங்கள் பேசுங்கள். பின் நான் பேசுகிறேன்.

சென்ற முறை இருந்ததைவிட இந்த முறை குழுவிடம் சக்தி அதிகம் இருந்தது. அதனால் நிகழ்வுகள் தீவிரமாக இருந்தன. எனக்குப் பல அனுபவங்கள் ஏற்பட்டன. சில சமயங்களில் நான் என்ன செய்கிறேன் என்று எனக்கே தெரியவில்லை.

சாமர்த்தியமாகச் செயலாற்றுவது ஒரு தலைவனின் வேலையில்லை என்பதை நாம் ஆரம்பத்திலேயே தெரிந்து கொள்வது நல்லது.. தலைவனுக்குச் சாமர்த்தியமும் சூழ்ச்சித்திறமும் தேவையில்லை. நீங்கள் சாதுரியமாகச் செயல்பட ஆரம்பித்தால் அங்கே மனம் வந்துவிடுகிறது. மனதைத் தாண்டி உங்களால் செல்ல முடியாது. எல்லாவற்றையும் கடந்து செல்ல வேண்டுமென்றால் ஒரு தலைவன் திறந்த மனம் உள்ளவனாக இருக்க வேண்டும்.

தொடங்கும்போது மனம் இருக்கத்தான் செய்யும். உங்களை வேறு ஒரு சக்தி ஆட்கொள்ளும்போது மனம் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக நழுவ ஆரம்பிக்கும். "ஆட்கொள்ளுதல்" - ஆமாம் அதுதான் சரியான வார்த்தை. உங்களைவிடப் பெரிய சக்தி

உங்களைவிட ஒரு மகத்தான சக்தி உங்களை ஆட்கொள்ளத் தொடங்கும். அதன்பின் நீங்கள் செயலில் ஈடுபடுவீர்கள். ஆனால் நீங்கள் கர்த்தாவாக - செய்பவனாக - இருக்க மாட்டீர்கள். நிகழ்வுகள் உங்கள் மூலமாக நடக்கும். அதை நீங்கள் ஒரு சாட்சியைப் போல் பார்த்துக் கொண்டிருப்பீர்கள்.

அதன்பின் தலைவன் தொலைந்து போகிறான். உண்மையான தலைவன் உள்ளே நுழைகிறான். தலைவன் தொலைந்தபிறகுதான் உங்களால் உங்கள் குழுவில் ஒருவனாக இருக்க முடியும். உங்களால் வழி நடத்தப்படுபவர்கள் உங்களிலிருந்து வேறாக இருக்க மாட்டார்கள். அங்கு இரண்டாக இருக்கும் தன்மை இல்லை.

தலைவனை அந்த சக்தி ஆட்கொள்ளும்போது இருபொருள் வாதம் மறைந்துவிடுகிறது. அதன்பின் கற்பவனும் கற்பிப்பவனும் ஒன்றாக இணைகிறார்கள். மருத்துவனும் நோயாளியும் ஒன்றாகிறார்கள். அப்போதுதான் நோய் குணமாகத் தொடங்கும்.

முக்கியமாக ஒன்றை நீங்கள் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.. நீங்கள் அவர்களைக் குணமாக்கவில்லை. அந்த நிகழ்வினால் நீங்களும் குணமாகிறீர்கள். உங்கள் நோயும் நீங்குகிறது.

ஒரு குழு அதன் தலைவனை வளப்படுத்தவில்லையென்றால் அது எப்படி தொண்டர்களை வலுப்படுத்தும்.? அந்தக் குழுவின்மூலம் நீங்கள் வளரவில்லையென்றால் அது எப்படி மற்றவர்கள் வளர உதவி செய்யும்? அதனால்தான் சொல்கிறேன். அந்தப் பெரிய சக்திக்கு ஆட்படுங்கள்.

அது கடினமான காரியம்தான். உங்கள் மனம் சாதுரியமாகச் செயல்பட விரும்புகிறது. அடுத்தவர்களைத் தன் அதிகாரத்தால் ஒடுக்க நினைக்கிறது. பழைய வழியிலேயே பயணிக்க ஆசைப்படுகிறது. பழைய வழியிலேயே நீங்கள் போகலாம். அரைத்த மாவையே அரைக்கலாம். ஆனால் அப்படிச் செய்வதால் விசேஷமாக ஒன்றும் நடந்துவிடாது.

பழைய வழியிலேயே போவதால் மக்களுக்கு நீங்கள் ஏதாவது உதவி செய்யலாம். அதன்மூலம் அவர்கள் ஏதாவது நன்மைகள் பெறலாம். ஆனால் எல்லாமே நுனிப்புல் மேய்ந்த

கதையாகத்தான் இருக்கும். அதில் தொழில் நுட்பம் இருக்கும். அன்பு இருக்காது. எல்லாவற்றையும் கடந்து நிற்கும் நிலை அதில் இருக்காது. அதனால் அந்தப் பெரிய சக்தி உங்களை ஆட்கொள்ள அனுமதியுங்கள்.

உங்களால் இது நிச்சயம் முடியும். குழுவின் பணியைத் தொடங்கும்போது உங்கள் கண்களை மூடிக் கொள்ளுங்கள். குழுவின் அங்கத்தினர்கள் உங்களைச் சுற்றி இருக்கட்டும். அவர்கள் ஒருவர் கைகளை ஒருவர் பற்றிக் கொள்ளட்டும். அமைதியாக ஆரம்பியுங்கள். உங்களுக்கு மேலாக இருக்கும் அந்த மகத்தான சக்தி உங்களை ஆட்கொள்ள வேண்டும் என்று பிரார்த்தியுங்கள். நீங்கள் எந்த வகையிலும் குழுவில் இருப்பவர்களைச் சூழ்ச்சித் திறத்துடன் அடக்கியாள நினைக்காதீர்கள்.

அதன்பின் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் பின்வாங்குங்கள். ஒரு பெரிய சக்தி குழுவிற்குள் நுழைவதை நீங்கள் உணர்வீர்கள். ஒரு மகத்தான மாற்றம் ஏற்படும். முடிவற்ற ஒரு சக்தி -மனதால் அளக்க முடியாத ஒரு மகத்தான சக்தி - உங்கள் குழுவைச் சூழ்ந்து கொள்வதை நீங்கள் உணர்வீர்கள். அதன் போக்கைத் தடுக்காதீர்கள். அது போதும்.

அதன்பின் ஒவ்வொரு குழுவும் ஒரு புது ஆரம்பமாக, ஒரு புதுக் கதவாக ஒரு புது அனுபவமாக இருக்கும். அத்தகைய அனுபவம் அதற்கு முன் உங்களுக்குக் கிட்டியிருக்காது. அது நீங்கள் வழிநடத்திச் செல்பவர்களுக்கு மட்டும் புதுமையாக இருக்காது. உங்களுக்குமே புதுமையாகத்தான் இருக்கும். அங்கே உங்களுக்குப் பல ஆச்சரியங்கள் காத்துக் கொண்டிருக்கும்.

இதெல்லாம் நடக்கவில்லையென்றால் குழுவின் தலைவனுக்கு விரைவில் சலிப்புத் தட்டிவிடும். அந்தப் புதுமைகள் இல்லையென்றால் அது செய்ததையே திரும்பச் செய்யும் சாதாரண வேலையாகிவிடும்.

உங்கள் குழுவின் உறுப்பினர்கள் மாறலாம். புதுப்புது உறுப்பினர்கள் வருவார்கள். அவர்களுக்கு வேண்டுமானால் நடப்பது புதிதாக இருக்கலாம். ஆனால் உங்களைப் பொறுத்தமட்டில் நடந்ததே நடந்துகொண்டிருக்கும். அப்படி நடக்க ஒரு நாளும் அனுமதிக்காதீர்கள்.

புதுமைகள் நிகழ வேண்டுமென்றால் உங்களை ஒரு பெரிய சக்தி ஆட்கொள்ள வேண்டும். அந்த சக்தி உங்களை இயக்க நீங்கள் அனுமதியளிக்க வேண்டும். அதற்கு அசைக்க முடியாத நம்பிக்கை வேண்டும். அதைவிட முக்கியம் உங்கள் அகந்தை சாக வேண்டும்.

ஒவ்வொரு முறையும் நீங்கள் உங்கள் குழுவின் பணியைத் தொடங்கும்போது என்னை நினைத்துக் கொள்ளுங்கள். எல்லாவற்றையும் என்னிடம் விட்டுவிடுங்கள். நீங்கள் வெறும் கருவியாக மட்டும் இருங்கள். அப்படி இருக்கும்போது மகத்தான சாத்தியக்கூறுகள் இருக்கின்றன. உங்களால் மக்களுக்கு இன்னும் நன்றாக உதவமுடியும். ஏனென்றால் அங்கே நீங்கள் இருக்க மாட்டீர்கள். அதனால் நீங்கள் மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்ய எந்த இடைஞ்சலும் இருக்காது. தலைவன் என்று ஒருவன் இருக்கும்போது தொண்டன் தனக்கு எதிராக ஒரு சக்தி இருப்பதை உணருகிறான். அகந்தைகளின் சண்டை ஆரம்பமாகிறது. நீங்கள் அங்கே இல்லையென்றால் எல்லாமே எளிமையாக சுலபமாக இருக்கிறது.

நடந்தவரை நல்லது. ஒன்றை மட்டும் மறந்துவிடாதீர்கள். எப்பாடுபட்டாவது உங்களை-உங்கள் மனதை - விலக்கி வையுங்கள். அதன்பின் உங்கள்மூலம் பல நல்ல நிகழ்வுகள் நடக்க வாய்ப்பு இருக்கிறது.

என் பிரச்சினையே என் பொறுமையின்மைதான். சில சமயம் பொறுமையில்லாமல் இருப்பதும் நன்மைக்கே என்று கருதுகிறேன். இருக்கும் நிலையில் பொறுமையில்லாததால்தான் முன்னேற்றம் ஏற்படுகிறது. சில சமயம் என் பொறுமையின்மை எனக்கு இடைஞ்சலாக இருப்பதாகவும் உணர்கிறேன்.

உங்கள் பொறுமையின்மையைப் பொறுமையுடன் அணுகுங்கள். பொறுமையின்மை இருக்கிறதா? இருந்துவிட்டுப் போகட்டுமே! அதை ஒரு பிரச்சினையாக்காதீர்கள். அதை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். ஏன்? யார் யார் எப்படி இருக்கிறார்களோ அப்படியே இருந்துவிட்டுப் போகட்டுமே. அதற்காக மனதை அலட்டிக் ,கொள்ளாதீர்கள். என்னைப் பொறுத்தமட்டிலும்

எல்லாவற்றையும் நமக்குச் சாதகமாகப் பயன்படுத்திக் கொள்ளமுடியும். அனைத்திலும் ஓர் ஆக்கசக்தி இருக்கத்தான் செய்கிறது.

பொறுமையின்மை இருக்க வேண்டுமா கூடாதா என்பது இங்கே கேள்வியில்லை. அது இருந்தால் அதை எப்படிப் பயன்படுத்திக் கொள்வது என்பதுதான் கேள்வி. அது இல்லை என்றால் அந்தச் சூழ்நிலையை எப்படிப் பயன்படுத்திக் கொள்வது என்பதுதான் கேள்வி. பொறுமை – பொறுமையின்மை – இரண்டையுமே பயன்படுத்தலாம்.

பொறுமையின்மை என்பது ஒரு சக்தி. வெளியே கிளம்ப வழி தேடிக்கொண்டிருக்கும் ஒரு சக்தி. என்ன செய்வது என்று தெரியாமல் திணறிக் கொண்டிருக்கும் ஒரு சக்தி. அதிகமாக இருப்பதால் தளும்பி வழியும் ஓர் அபூர்வ சக்தி. அவ்வளவுதான். அதை எதிர்மறைக் கண்ணோட்டத்துடன் பார்க்காதீர்கள். பொறுமையின்மை தவறு இல்லை. அது ஒரு பாவம் இல்லை. அதை அனுமதியுங்கள். அதைப் பயன்படுத்துங்கள். விரைவிலேயே அந்தப் பொறுமையின்மையும் ஒரு மகத்தான சக்தியாக மலர்வதை உணர்வீர்கள்.

நீங்கள் யாரையாவது முன்னேற்றப் பாடுபட்டுக் கொண்டிருக்கும்போது உங்கள் பொறுமையை இழந்தால் அது அவர்மேல் நீங்கள் வைத்திருக்கும் அபரிமிதமான அன்பையே காட்டுகிறது. அவர்மேல் நீங்கள் வைத்திருக்கும் அக்கறையைக் காட்டுகிறது. ஐயோ இப்படி நேரத்தையும் சக்தியையும் வீணாக்கிக் கொண்டிருக்கிறானே என்ற உங்கள் ஆதங்கத்தைத்தான் காட்டுகிறது. எல்லாமே அருகில் இருந்தாலும் இந்த மனிதனால் எதையுமே எட்டித் தொடமுடியவில்லையே என்ற உங்கள் படபடப்பையே காட்டுகிறது. ஏசுநாதர்கூடப் பொறுமையில்லாமல்தான் இருந்தார். அதுவே அவருக்கு ஒரு தனிக் கவர்ச்சியைக் கொடுத்தது. பொறுமையின்மையைப் பயன்படுத்துங்கள். அது ஒரு சக்தி. ஓர் உயிர்ச் சத்து.

தேவையில்லாமல் உணர்வுகளுக்கு எதிர்மறையான பெயர்களைக் கொடுக்காதீர்கள். உங்களிடம் சினம் இருந்தால் அதையும் பயன்படுத்துங்கள். அன்புடன் கோபப்படுங்கள். அதில் எந்த

முரண்பாடும் இல்லை. பார்க்க முரண்பாடுபோல் தோன்றும். உண்மையில் அப்படியில்லை. சொல்லப்போனால் யார் மீதாவது அன்பு இருந்தால்தான் உங்களுக்குக் கோபமே வரும். நான் உங்களை நேசித்தால் எனக்கு உங்கள்மேல் அக்கறையிருந்தால் சில நேரங்களில் நான் கோபப்படத்தான் வேண்டும்.

அந்தக் கோபத்திற்குப் பின்னால் இருப்பது கலப்படமில்லாத அன்புதான். கோபம் என்னும் திரையின்பின் அன்பு மறைந்து கொண்டிருக்கிறது.

வேறு ஏதாவது சொல்ல விரும்புகிறீர்களா?

ஆமாம். இங்கே வந்தபின் உங்களிடம் இன்னும் அதிகமாகச் சரணடைந்துவிட்டதாக உணர்கிறேன்.

ம்.. ம். ம். ஒவ்வொரு நாளும் இதை இன்னும் அதிகமாக உணர்வீர்கள். ஏனென்றால் அது ஒரு முடிவில்லாத பயணம். நீங்கள் என்னைச் சரணடைந்துவிட்டதாகச் சொல்வது வெறும் ஆரம்பம் மட்டுமே. அது அப்படித்தான் இருக்க முடியும். ஏனென்றால் இன்னும் நிறைய நடக்க வாய்ப்பு இருக்கிறது.. நீங்கள் நினைத்துப் பார்க்கமுடியாத அளவிற்கு வாய்ப்புகள் இருக்கின்றன. ஒவ்வொரு முறை நீங்கள் இங்கே வரும்போது இன்னும் அதிகம் சரணடைந்துவிட்டதாகத் தோன்றும். இன்னும் அதிகமாகச் சரணடையும்போது அதைவிட அதிகமாகச் சரணடையும் திறன் உங்களுக்குக் கிட்டுகிறது.

இதில் செய்து பார்த்துத்தான் கற்றுக் கொள்ள முடியும். வேறு எந்த வழியும் இல்லை. நீங்கள் ஆற்றுக்குப் போய் நீந்தக் கற்றுக் கொள்கிறீர்கள். இன்னும் அதிகம் நீந்த நீந்த இன்னும் அதிகமாக உங்களுக்கு நீச்சலடிக்கத் தெரிகிறது. சரணாகதி என்பது உங்கள் உணர்வு நிலையின் அடியாழத்திற்குச் செல்வதுதான். அந்த வகையில் அதுவும் ஒரு வகை நீச்சல்தான். அதிகம் செய்யச் செய்ய இன்னும் அதிகம் தெரியும். உங்களுக்கு அதிகமாகத் தெரியும்போது இன்னும் அதிகமான அனுபவங்கள் கிட்டும். இன்னும் அதிகமான சவால்களைச் சந்திப்பீர்கள். நானே உங்களுக்கு இன்னும் கடினமான சவால்களைக் கொடுப்பேன்.

இந்த மூன்று மாதங்களின் முடிவில் நான் வீட்டுக்குப் போக வேண்டும் என்று நீங்கள் விரும்புகிறீர்களா?

ஆமாம். நீங்கள் வீட்டுக்குப் போவதையே நான் விரும்புகிறேன். சிலர் இங்கு தொடர்ந்து வந்து போவதை நான் விரும்புகிறேன். வீட்டிற்குச் செல்லுங்கள். களைப்பாக இருந்தால் திரும்பி வாருங்கள். எப்போதாவது உங்களுக்குப் போஷாக்கு தேவைப்பட்டால் திரும்பி வாருங்கள். எப்போதாவது என்னைப் பார்க்க வேண்டும் என்று விரும்பி னால் திரும்பி வாருங்கள். உங்கள் ஆன்மா என்னிடம் சத்துணவு உண்ணட்டும். அதன்பின் நீங்கள் மீண்டும் வீட்டுக்குப் போகலாம்.

குழுவின் துணைத்தலைவர் இந்தக் குழு சென்ற குழுவைவிடச் சிறந்தது என்று சொல்கிறார். இதில் முந்தைய குழுவைவிடத் தீவிரமும் உந்துதலும் இன்னும் அதிகமாக இருந்தது என்பது அவர் கருத்து.

பித்துப் பிடித்தவனைப் போல் வேலை செய்யுங்கள். நான் பார்த்தவரையில் நீங்கள் இன்னும் முழுமையாக உள்ளே இறங்கவில்லை என்றுதான் தோன்றுகிறது. இன்னும் வெளிச்சுற்றிலேயே வெள்ளோட்டம் விட்டுக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். நிலைமை கட்டுக்கு மீறிப் போனால் பின்வாங்குவதற்கு என்று ஓர் இடத்தை ஒதுக்கி வைத்துக் கொள்ளுங்கள். முன்னால் நகரும்போது கடந்து வந்த பாலங்களைத் தகர்த்துவிடுங்கள். அப்படிச் செய்தால் மீண்டும் பின்னால் போவதற்கான சாத்தியக்கூறே இல்லாமல் போய்விடும். உங்கள் முன்னேற்றம் நிரந்தரமாகிவிடும். அதேபோல் ஏணியேறி ஓர் உயரத்தை அடைந்தபின் ஏணியை எட்டி உதைத்துவிடுங்கள். இப்போது உங்களுக்கு இரண்டு வழிகள்தான் இருக்கின்றன. ஒன்று இன்னும் மேலே போக வேண்டும். இல்லாவிட்டால் சாக வேண்டும். வந்த வழியே திரும்பிச் செல்ல வாய்ப்பேயில்லை.

உங்களுக்குள்ளேயே பின்வாங்கும் சூழ்நிலையை எந்தக் காரணத்தைக் கொண்டும் உருவாக்காதீர்கள். அப்படிச் செய்தால் நீங்கள் ஒருநாளும் தலைவனாக முடியாது. நீங்கள் தலைவனாக வேண்டும் என்பதுதான் என் விருப்பம்.

உதவியாளனாய் இருப்பது என்பது வேறு. நீங்கள் ஒரு நிழலைப் போல் தலைவனைப் பின்தொடர்ந்து வேலை

செய்துகொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்களுக்குத் தலைமைப் பொறுப்புகள் எதுவும் இல்லை. ஆனால் நீங்கள் தலைவனானவுடன் எல்லாப் பொறுப்புகளும் உங்கள் மேல்தான் இருக்கும். அந்தச் சமயத்தில் அரைகுறை வேலை உதவாது.

நூறு சதவிகிதம் நீங்கள் வெடிக்க வேண்டும். அப்படி வெடிப்பதே உங்கள் கீழ் உள்ளவர்களுக்குப் பயனுள்ளதாக இருக்கும்.

உங்கள் மனதில் அரைகுறை ஆர்வத்துடன் நீங்கள் இருப்பது உங்கள் குழுவிற்குத் தெரிந்தால் அவர்கள் ஆர்வம் கால்வாசிதான் இருக்கும். எந்தக் காலத்திலும் ஒரு குழு தலைவன் செல்லும் பாதையில் பாதிதான் பயணிக்கும். இதுதான் இயற்கையின் நியதி. நீங்கள் நூறு சதவிகிதம் கொதிக்க வேண்டும். கொதித்துக் கொதித்து ஆவியாக வேண்டும். அப்போதுதான் உங்கள் குழுவினருக்கு உங்களுடன் பயணிக்கத் துணிச்சல் வரும்.

இதுபோல் நோய் நீக்கல் குழுக்கள் அமைப்பதன் நோக்கம் என்ன? குழுவில் இருப்பவர்கள் துணிச்சலுடன் செயல்படுவதற்கான ஒரு சூழ்நிலையை உருவாக்க வேண்டும் என்பதுதான். அந்தத் துணிச்சலை நீங்கள் எப்படி உருவாக்குகிறீர்கள் என்பது இங்கே கேள்வியில்லை. உங்கள் குழுவினருக்கு நீங்கள் ஓர் உத்வேகத்தைக் கொடுக்க வேண்டும். அவர்களுடைய துணிச்சலுக்கு நீங்கள் சவால் விட வேண்டும். அவர்கள் முன்னால் ஒரு பெரிய பள்ளத்தை உருவாக்குங்கள். அதில் குதிக்க வேண்டும் என்ற சபலத்தை அவர்களிடம் உருவாக்குங்கள். உங்கள் குழுவினர் தாங்களாகத் தனியாக இருக்கும்போது துணிந்து எதையும் செய்யமாட்டார்கள். அதீதமான பயம் இருக்கும். அதனால்தான் இப்படிக் குழு அமைத்துச் செயல்படுகிறோம்.

அந்தப் பள்ளத்தில் குதித்தபின்னும் உயிருடன் இருக்க முடியும் என்பதை உங்கள் குழுவினர் உணர்ந்தால்...

உயிருடன் இருப்பது மட்டுமின்றி இன்னும் அதிக உயிர்ப்புடன் இருக்கமுடியும் என்பதை அவர்கள் உணர்ந்தால்...

அந்தப் பள்ளத்தாக்கு மரணமில்லை. மரணமில்லாப் பெருவாழ்வு என்பதை அவர்கள் புரிந்து கொண்டால்...

திறந்த மனதுடன் இருப்பவர்களுக்கு லாபம் கிடைக்கிறது; அப்படி இருப்பதால் எந்த நஷ்டமும் இல்லை. அதனால் அவர்கள் இன்னும் செழுமையுடனும் உயிர்ப்புடனும் இருக்கிறார்கள் என்பதை அவர்கள் நம்பினால்...

அவர்களுக்குத் துணிச்சல் வரும்.

ஒருவருக்கு முதலில் துணிச்சல் வரும். பின் அடுத்தவருக்கு. பின் மற்றொருவருக்கு. அதன்பின் எல்லாமே ஓர் எளிய நிகழ்வாகிவிடும். ஆனால் அதற்கு முதலில் உங்களிடம் அபரிமிதமான துணிச்சல் இருக்க வேண்டும்.

அதனால் அடுத்த முறை அதிகபட்சத் துணிச்சலுடன் செயல்படுங்கள். அதிகபட்ச துணிச்சல் ஒரு நாளும் மிகையாகாது. நீங்கள் என்ன செய்தாலும் அது செய்ய வேண்டியதைவிடக் குறைவாகவே இருக்கும். நல்லது.

நான் இப்போது இன்னும் திறந்த மனதுடன் இருக்கிறேன். என் உணர்வுகள் இப்போதெல்லாம் அடிக்கடி வரம்புகளைத் தொடுகின்றன.

உங்கள் உணர்வுகளை அனுமதியுங்கள். உங்கள் வாழ்நாள் முழுவதும் உங்கள் உணர்வுகளை அடக்கி வைத்திருந்தீர்கள். அதனால் அவற்றை இப்போதாவது உள்ளபடி இருக்க அனுமதியுங்கள். விரைவிலேயே உச்சங்கள்ளைத் தவிர்ப்பீர்கள்.

சில நாள் பட்டினி கிடந்தவனை திடீரென்று விருந்துக்குக் கூப்பிட்டால் என்ன ஆகும்? அவன் நிறுத்தாமல் சாப்பிட்டுக்கொண்டே யிருப்பான். தேவைக்கு அதிகமாகச் சாப்பிடுவான். அதனால் வாந்தியெடுக்கத் தொடங்குவான். ஆனால் அது தொடர்ந்து நடக்காது. அவன் இஷ்டப்படி அவனை உண்ண அனுமதித்தால் தேவைக்கு அதிகமாகச் சாப்பிடுவதை அவன் விரைவிலேயே தவிர்த்துவிடுவான்.

மனித இனமே பட்டினி கிடக்கிறது. ஆயிரத்தியோரு விஷயங்களில் மனித இனத்தையே பட்டினி போட்டுவிட்டார்கள். காதலை அனுமதிக்கவில்லை. பாலுணர்வுகளை வெளிப்படுத்த அனுமதியில்லை. சினத்தை அனுமதிக்கவில்லை. ஏன் சிரிப்பைக்கூட

அனுமதிக்கவில்லை. அழுகைக்கும் அதே கதிதான். இதனால் மனிதனுக்கு ஒரு மிகப்பெரிய ஊனம் ஏற்பட்டுவிட்டது. இந்த அழுத்தத்தில் மனிதன் பைத்தியம் பிடிக்காமல் இயல்பு நிலையில் இருப்பதே பெரிய அதிசயம்தான்.

சிலர் மட்டும் பைத்தியங்களாக இருக்கிறார்களே என்பதல்ல கேள்வி. எல்லாருக்கும் இன்னும் ஏன் பைத்தியம் பிடிக்கவில்லை என்பதுதான் கேள்வி.

பல வருடங்களுக்குப் பின் நீங்கள் முதல் முறையாகச் சிரிக்க ஆரம்பிக்கும்போது அந்தச் சிரிப்பே அளவுகளை எல்லாம் கடந்து உச்சத்திற்குப் போய்விடும். எத்தனை ஜன்மங்கள் சரியாகச் சிரிக்காமல் இருந்திருக்கிறீர்கள்? அவ்வளவு நாள் அமுக்கி வைக்கப்பட்டது ஒரு நாள் பெரிதாக வெடிக்கிறது.

அதேபோல் நீங்கள் பல காலம் கழித்து அழத்தொடங்கும்போது உங்கள் கண்ணீருக்கும் எல்லையில்லாமல் போய்விடுகிறது. அதை அதன் போக்குக்கு விடுங்கள். விரைவிலேயே எல்லாம் சரியாகிவிடும். உச்சம் என்பது ஓர் இயற்கையான நிலையில்லை.

இயற்கையின் வழி உச்சங்களைத் தவிர்த்து நடுவில் இருப்பதுதான். தங்கமான நடுநிலைமைதான் இயற்கையின் விதி.

இயற்கை எப்போதும் எல்லாவற்றையும் சமச்சீர் நிலையிலேயே வைத்திருக்கிறது. ஆனால் உணர்வுகளைப் பலவந்தமாக அடக்கியாளும்போது அந்தச் சமச்சீர் நிலை குலைகிறது. அதனால் ஓர் எல்லைவரை போகிறது. மீண்டும் சமச்சீர் நிலை வரவேண்டுமென்றால் உணர்வுகள் மறு எல்லைக்குப் போயேயாக வேண்டும். அதனால் ஒரு சில நாட்களுக்கு - இந்த நிலை அதிக நாள் நீடிக்காது - என்ன நடக்கிறதோ நடக்கட்டும் என்று விட்டுவிடுங்கள். உன்னதமான நிலையைக் கனவு காணாதீர்கள். உதாரணமாக நீங்கள் அழுது புலம்பிக் கொண்டிருக்கும்போது மற்றவர்கள் என்ன நினைப்பார்களோ என்று கவலைப்படாதீர்கள்.

காலம் காலமாக உங்களுக்கு என்ன போதனை செய்து வந்திருக்கிறார்கள் தெரியுமா? ‘எதற்கெடுத்தாலும் ஒரு பெண்ணைப் போல் அழக்கூடாது. ஓர் ஆணைப் போல் தைரியமாக இருக்க

வேண்டும். பெண்கள் அழலாம் தப்பில்லை. ஆனால் ஆண்கள் கடினமானவர்களாக எதற்கும் உருகாதவர்களாக இருக்க வேண்டும்.

அதனால் ஒருவன் கடினமடைகிறான். தன் மெல்லிய உணர்வுகளைத் தொலைத்துவிடுகிறான். தன் அழுகையைத் தொலைத்துவிடுகிறான். அழுகை என்பது மிகவும் அழகான ஒரு செய்கை. அழாத கண்களுக்குக் கவிதை என்றால் என்னவென்றே தெரியாது. அழமுடியாத இதயத்தால் ரகசியங்களை உணர முடியாது.

உங்களால் அழ முடியவில்லையென்றால் சிரிக்கவும் முடியாது. அவை இரண்டும் சேர்ந்தே வரும். இரண்டும் ஒரே நாணயத்தின் இரு பக்கங்கள். அதனால் நீங்கள் அழுகையை அடக்கும் போது சிரிப்பையும் கூடவே அடக்கிவைக்கிறீர்கள்.

அதிகபட்சமாக நீங்கள் ஒரு புன்னகை பூக்கலாம். அந்தப் புன்னகையும் செயற்கையாக, ஒரு வேஷமாக ஒரு நடிப்பாகவே இருக்கும். இயல்பான உணர்வுகளின் வெளிப்பாடாக இருக்காது அந்தப் புன்னகை. நீங்கள் எதையோ சிரமப்பட்டுச் செய்வதுபோல் இருக்கும். அது உள்ளிருந்து பூக்கும் உத்தம மலராக இருக்காது. வெளியிலிருந்து திணிக்கப்பட்டதாக இருக்கும்.

மற்றவர்களின் எதிர்பார்ப்புகளை நிறைவேற்றுவதற்காக நீங்கள் இந்த மண்ணில் பிறக்கவில்லை. உங்களுக்கு இருக்கும் ஒரே பொறுப்பு நீங்கள் நீங்களாக இருக்க வேண்டியதுதான். அது நிகழ வேண்டுமென்றால் உங்களுக்குள் இருக்கும் எல்லாச் சாத்தியக் கூறுகளும் முழுமையாக மெய்ப்பட வேண்டும்.

ஏதாவது செய்யுங்கள். கண்களை மூடிக் கொள்ளுங்கள். இதுவரை நீங்கள் அனுமதிக்காத ஒன்றை இப்போது அனுமதியுங்கள். *(இந்தச் சமயத்தில் ஓஷோ தன் கையில் உள்ள ஒரு பேனாவைப் போன்ற ஒரு சிறிய விளக்கிலிருந்து கேள்வி கேட்டவர் மேல் ஒளியைப் பாய்ச்சுகிறார். அவர் பெரிதாக அலறுகிறார்).*

நல்லது. மூன்று வாரங்களுக்குப் பித்துப் பிடித்தவனைப் போல் இருங்கள். விரைவிலேயே உங்கள் நிலமை சீரடையும். இதுவரை உங்களுக்குக் கிடைத்த அனுபவங்கள் உங்களுக்கு

நன்மையையே செய்திருக்கின்றன. ஏதோ இவ்வளவாவது உங்களால் செய்ய முடிந்ததே என்பதற்காக மகிழுங்கள்.

நான் ஆடிப் போய்விட்டேன். என்னைக் கட்டுப்படுத்தும் வரையறைகளை நான் அழுத்தமாக உணர்கிறேன்.

உங்களைச் சுற்றி ஒரு பலமான கவசத்தைப் போட்டுக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். மற்றவர்களுக்கும் உங்கக்குளும் இடையில் ஒரு வலுவான தடுப்புச்சுவரை எழுப்பிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்.

என்ற போதிலும் அதை நீங்கள் உணரும் அளவிற்கு உங்களுக்கு விழிப்புணர்வு இருக்கிறது.

நீங்கள் போட்டிருப்பது வெறும் கவசம்தான். அது உங்களைப் பிடித்துக் கொண்டு இருக்கவில்லை. நீங்கள்தான் அதைப் பிடித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்களுக்கு விழிப்புணர்வு வந்தவுடன் அந்தக் கவசத்தை நழுவ விட்டுவிடலாம். அந்தக் கவசத்திற்கு உயிர் இல்லை. அது சேதனப் பொருளேயில்லை. அதை நீங்கள் சுமக்காவிட்டால் அது மறைந்துவிடும். நீங்கள் அதனைச் சுமப்பதோடு மட்டும் அல்லாமல் அதற்கு நாள்தோறும் போஷாக்கான உணவை அளித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அதனால்தான் அது இன்னும் கொழுத்துக் கிடக்கிறது.

ஆனால் இப்படித்தான் மொத்தச் சமுதாயமும் புத்தி தடுமாறிய நிலையில் இருக்கிறது. சமுதாயம் என்பதே ஒரு வகை புத்தி தடுமாற்றம்தானே! அதனுள் இருப்பதற்கு விலையாக நாமும் புத்தி தடுமாறிய நிலையிலேயே இருக்க வேண்டியிருக்கிறது. அப்படி இருப்பது நமக்கு லாபமாக இருப்பதால் நாமும் அந்த நிலையிலேயே தொடர்ந்து இருக்கிறோம்.

என்றாலும் நமது விழிப்புணர்வு கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அதிகமாகி வரும்போது நாம் அதிகமான விலை கொடுத்துவிட்டோம் என்று நமக்குத் தோன்றுகிறது. அதனால் சில நன்மைகள் உண்டு என்பதை மறுப்பதற்கில்லை. ஆனால் ஒட்டுமொத்தமாகப் பார்த்தால் நன்மையைவிடத் தீமையே அதிகமாக இருக்கிறது. அது உங்களுக்குப் பலவற்றைத் தந்திருப்பது உண்மைதான். ஆனால் அதற்கெல்லாம் விலையாக உங்கள் ஆன்மாவையே எடுத்துக் கொள்கிறது.

உங்கள் வாழ்க்கைத்தரத்தை உயர்த்துகிறது. என்றாலும் இறுதியில் உங்கள் ஆன்மாவைக் கொன்றுவிடுகிறது.

ஒவ்வொரு குழந்தையும் அதீத நெகிழ்வுத்தன்மையுடன் இருக்கிறது. அதன் எந்தப் பகுதியும் உறைந்து போய்க் கடினமாக இருப்பதில்லை. அதன் உடல் இயல்பான ஒருமை நிலையில் இருக்கிறது. தலைக்குத் தேவைக்கு அதிகமான முக்கியத்துவம் அளிக்கப்படுவதில்லை. அதே போல் கால்கள் உதாசீனப்படுத்தப் படுவதும் இல்லை. சொல்லப்போனால் தலை கால் கை என்ற பாகுபாடே இருப்பதில்லை. ஆனால் போகப் போகப் பிரிவுகள் தோன்றுகின்றன. உடலின் எல்லாப் பாகங்களுக்கும் தலை எஜமானன் ஆகிறது. மீதமுள்ள பாகங்களில் பிரிவுகள் ஏற்படுகின்றன.

சில பாகங்களைச் சமுதாயம் ஏற்றுக் கொள்கிறது. சில பாகங்களை ஏற்றுக் கொள்வதில்லை. சில பாகங்களை ஆபத்தான வையாக சமுதாயம் பார்க்கத் தொடங்குகிறது. அந்தப் பாகங்களை அழிக்கும் வேலையில் சமுதாயம் இறங்குகிறது. இங்குதான் பிரச்சினையே தொடங்குகிறது.

எங்கெல்லாம் வரையறைகளை உணர்கிறீர்களோ அங்கெல்லாம் இன்னும் கவனமாகப் பார்க்க வேண்டும். எங்கே அதிகம் வரையறைகள் இருப்பதாக உணர்கிறீர்கள்? உங்கள் கால்களிலா?

நிச்சயமாக. கால்களில் அந்த வரையறைகளை அதிகம் உணர்கிறேன். அது போக கழுத்து, மார்பு தொண்டை போன்ற பாகங்களிலும் அவற்றை உணர்கிறேன்.

மூன்றே மூன்று விஷயங்களைச் செய்யுங்கள் போதும். அமர்ந்திருக்கும்போதோ நடந்து கொண்டிருக்கும்போதோ இல்லை ஒன்றும் செய்யாமல் இருக்கும்போதோ மூச்சை நன்றாக வெளியே விடுங்கள். எந்த அளவிற்கு உங்களால் காற்றை வெளியேற்ற முடியுமோ செய்யுங்கள். வாய் வழியாகக் காற்றை வெளியேற்றுங்கள். ஆனால் அதை நேரம் எடுத்துக் கொண்டு மெதுவாகச் செய்யுங்கள். அதிக நேரம் எடுத்துக் கொண்டால் இன்னும் நல்லது. அப்போது அது இன்னும் ஆழமாக இருக்கும்.

உடலில் உள்ள மொத்த காற்றும் வெளியேற்றப்பட்டதும் உங்கள் உடல் காற்றை உள்ளிழுக்கத் தொடங்குகிறது. காற்றை

வெளியேற்றுவது என்பது மெதுவாக ஆழமாக இருக்க வேண்டும். உள்ளிழுத்தல் வேகமாக இருக்க வேண்டும். இது உங்கள் மார்புக்கு அருகில் இருக்கும் கவசத்தை மாற்றும். உங்கள் தொண்டையையும் மாற்றும்.

இரண்டாவதாக தினமும் கொஞ்சம் ஓட முடிந்தால் இன்னும் நல்லது. அதிக தூரம் வேண்டாம். ஒரு மைல் ஓடினால் கூடப் போதுமானது. உங்கள் கால்களில் உள்ள பாரம் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் கீழே விழுவதாகக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். உங்கள் சுதந்திரம் அடக்கி வைக்கப்பட்டிருந்தால் உங்கள் கால்கள்தான் கவசத்தைத் தாங்குகின்றன என்பதை உணருங்கள். நீங்கள் இதைச் செய்ய வேண்டும். அதைச் செய்யக் கூடாது என்று உங்களை நிர்ப்பந்தித்திருப்பார்கள். இப்படி இருக்க வேண்டும் அப்படி இருக்கக் கூடாது என்று சொல்லியிருப்பார்கள். இங்கே போக வேண்டும். அங்கே போகக் கூடாது என்று சொல்லியிருப்பார்கள். அதனால்தான் உங்களை இந்தக் கட்டுப்பாடுகளை எல்லாம் உடைத்துக்கொண்டு ஓடச் சொல்கிறேன்.

ஓடும்போதும் வெளியே விடும் மூச்சில் இன்னும் கவனமாக இருங்கள். உங்கள் கால்களின் சுதந்திரத்தையும் உங்கள் நெகிழ்வுத்தன்மையையும் உங்களால் மீட்க முடிந்தால் உங்களிடம் உள்ள சக்தியின் அளவு பலமடங்கு அதிகரிக்கும்.

மூன்றாவதாக: இரவு உறங்கச் செல்லும் முன் உங்கள் ஆடைகளையெல்லாம் கழற்றிவிடுங்கள். அப்படிக் கழற்றும் போது 'நான் ஆடைகளை மட்டும் கழற்றவில்லை. கூடவே கவசத்தையும் கழற்றுகிறேன்' என்று கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். ஆடைகளைக் கழற்றியபின் ஆழமாக ஒரு மூச்சை இழுத்து விடுங்கள். பின் கவசமில்லாத அந்த நிலையிலேயே தூங்கச் செல்லுங்கள். உங்கள் உடலில் எந்த ஆடையும் இல்லை. எந்தக் கட்டுப்பாடும் இல்லை. மூன்று வாரத்தில் எப்படி இருக்கிறது என்று என்னிடம் சொல்லுங்கள்.

இந்த ததாதா குழுவின் கட்டமைப்பில் எனக்குச் சில பிரச்சினைகள் இருக்கின்றன.

உண்மையைச் சொல்ல வேண்டுமென்றால் இந்தக் குழுவில் எந்தக் கட்டமைப்பும் இல்லை. ஏதோ மேலோட்டமாக ஒரு கட்டமைப்பு இருப்பது போல் தோன்றலாம். ஆனால் உள்ளே ஆழமாக இறங்கிப் பார்த்தால் அமைப்பில்லாத ஓர் ஓட்டம்தான் இருக்கிறது என்பது தெரியும். அப்படியே ஒரு கட்டமைப்பு இருந்தாலும் அதிக பட்சம் அது பாத்திரம்தான். பாத்திரத்தைப் பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள். அதனுள் இருக்கும் பண்டத்தைப் பற்றிக் கவலைப்படுங்கள்.

அமைப்பில்லாத ஒன்றைத் தாங்கிப் பிடித்துக் கொள்வதற்காகத் தான் ஒரு கட்டமைப்பு இருக்கிறது. அமைப்பில்லாத அனைத்திற்கும் ஒரு கட்டமைப்பு வேண்டும். இந்தக் கட்டமைப்பு கட்டடங்கள் கட்டும்போது சாரம் கட்டுவது போன்றது இந்தக் கட்டமைப்பு. கம்புகளாலும் கட்டைகளாலும் உருவாகும் சாரம். கட்டடம் கட்டி முடிக்கும்வரை பயன்படுகிறது. கட்டடம் கட்டி முடிந்தபின் நீங்கள் சாரத்தைத் தூக்கியெறிந்துவிடலாம். அதன்பின் சாரம் பயன்படாது.

அதுபோல் ஒருவருக்குத் தேவையான அனுபவம் கிடைத்தபின் கட்டமைப்புக்கு அப்பாற்பட்ட ஒன்றை அவர் தெரிந்துகொண்டபின் அந்த அமைப்பு அவருக்குத் தேவையில்லை. அந்தக் கட்டமைப்பின் பணியை அவர் புரிந்து கொள்கிறார். அவ்வாறு புரிந்து கொண்டபின் அவர் புனித நூல்களை எரித்துவிடலாம். அதன்பின் அவருக்கு ஒழுங்கோ ஒழுக்கமோ தேவையில்லை. அந்த நிலையில் இருப்பவர்களும் ஒழுக்கவிதிகளைப் பின்பற்றுகின்றனர்.

ஒழுக்கத்திற்கு அப்பால் இருக்கும் ஒன்றைப் புரிந்து கொள்ளமுடியாதவர்களுக்காக அவர்கள் ஒழுக்கவிதிகளைப் பின்பற்ற வேண்டியிருக்கிறது.

போதிதர்மர் என்பவர்தான் ஜென் மதத்தை சீனாவிலும் ஜப்பானிலும் அறிமுகப்படுத்தினார். அவர் ஞானம் பெற்ற பின்னும் தொடர்ந்து தியானம் செய்து கொண்டிருந்தார். அவருடைய சீடர்கள் கேட்டார்கள்: "குருவே நீங்கள் ஏன் இன்னும் தியானம் செய்யவேண்டும்? நீங்கள்தான் ஞானம் பெற்றுவிட்டீர்களே!"

அவர் அழகாகப் பதில் சொன்னார்: "நான் உங்களுக்காகத்தான் தியானநிலையில் அமர்ந்திருக்கிறேன். நான் தியானம் செய்யாவிட்டால்

நீங்கள் "தியானம் செய்வதால் என்ன பயன்? நம் குருதேவரே தியானம் செய்யவில்லை. நாம் ஏன் செய்ய வேண்டும்?" என்று நினைக்கலாம். அந்த நினைப்பு உங்களுக்கு ஆபத்தானது.

இனியும் நான் தியானம் செய்வதால் எனக்கு நன்மையில்லை. என்றாலும் நீங்கள் தியானத்தில் அமர வேண்டும் என்பதற்காகத்தான் நான் அமர்ந்திருக்கிறேன்.

புத்தர் தன் சீடர்களிடம் சொல்வார்: "உங்களுக்கு ஞானம் கிடைத்தபின் ஒழுக்கத்தைத் தூக்கியெறிந்துவிடாதீர்கள். ஒழுக்கம் தேவையில்லை என்று இன்னமும் பல முட்டாள்கள் நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். நீங்கள் ஒழுங்காக இல்லையென்றால் அவர்களும் ஒழுங்காக இல்லாமல் அழிந்து போய்விடுவார்கள். அவர்களுக்காகவாவது நீங்கள் ஒழுக்கத்தின் விதிகளைக் கடைப்பிடிக்கத்தான் வேண்டும்."

நான் இங்கு செய்வதெல்லாம், இங்கு நடக்க அனுமதிப்பது எல்லாம் கட்டமைப்பு இல்லாதவை. ஆனால் ஒரு கட்டமைப்பு தேவை. அது ஒரு மேலோட்டமான தேவைதான். என்றாலும் அந்தத் தேவையைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

என்ன நடக்கிறது என்று எனக்குச் சொல்லத் தெரியவில்லை. ஆனால் ஏதோ நடக்கிறது என்பது மட்டும் எனக்குத் தெளிவாகத் தெரிகிறது.

ஏதாவது நடந்து கொண்டிருக்கும்போது நம்மால் நடக்கிறதா இல்லையா என்று சொல்ல முடியாது. அது எளிதாக நம் கவனத்திலிருந்து நழுவிவிடும். நடப்பது ஒரு குறிப்பிட்ட நிகழ்வு இல்லை. அது ஒரு சூழல். தட்பவெப்ப நிலையைப் போல் நம்மைச் சூழ்ந்து கொண்டிருப்பது. மலரின் மெல்லிய வாசத்தைப் போன்றது. அதைச் சிலசமயம் கவனிப்போம். சில சமயம் கவனிக்காமல் விட்டுவிடுவோம்.

சில கணங்களில் தெளிவு இருக்கிறது. சில கணங்களில் அந்தத் தெளிவு போய் மீண்டும் சந்தேகத்தின் மேகங்கள் அதைச் சூழ்ந்துகொள்கின்றன. தெளிவான கணங்களில் ஏதோ நடக்கிறது என்று உங்களால் அறுதியிட்டுச் சொல்லமுடியும். ஆனால் அந்தத்

தெளிவு போய்விட்டால் அதை உங்களால் மீண்டும் பற்ற முடியாது.

நடப்பது ஒரு பிரம்மாண்டமான நிகழ்வு. அதனால் நீங்கள் சிரிக்கலாம். அழலாம். ஆனால் அது என்னவென்று உங்களால் உறுதியாகச் சொல்லமுடியாது.

சில சமயங்களில் ஜென் குரு தன் சீடர்கள் தியானம் செய்ய ஒரு கோவானைக் (koan) கொடுப்பார்.

(கோவான் என்பது கடினமான ஒரு கேள்வி. இல்லாவிட்டால் கற்பனையால் கூடக் காணமுடியாத ஒரு கஷ்டமான சூழ்நிலை. உதாரணமாக "ஒரு கையால் மட்டும் உண்டாகும் சத்தத்தைத் தியானம் செய்யுங்கள்." என்பது பிரபலமான ஜென் கோவான்.)

சீடன் அந்த கோவானைத் தியானித்து உணர்ந்து கொண்டு தன் உணர்வைக் காட்ட வேண்டும் என்று குரு விரும்புவார். சீடன் குருவிடம் மீண்டும் வந்து ஒரு கையால் உண்டாகும் ஓசையைப் பற்றிப் பிரசங்கம் செய்ய விழைந்தால் அவன் சொல்வதை நிராகரித்து அவனைத் துரத்திவிடுவார் குருதேவர்.

சில சமயங்களில் சீடன் ஒன்றுமே சொல்லமாட்டான். இருந்தாலும் குருதேவர் சொல்வார்: "அதைச் சொல்லாதே. அது தவறு." சீடன்தான் ஒன்றுமே சொல்லவில்லையே! சீடன் தான் புரிந்து கொண்டதைக் காண்பிக்கும் தருணத்திற்காக குருதேவர் காத்துக் கொண்டிருப்பார். சீடன் அதை வார்த்தைகளில் வெளிப்படுத்தும் தருணத்திற்காக அல்ல.

ஏதாவது நிஜமாகவே நிகழ்ந்தால் அதனை நீங்கள் காண்பிக்கலாம். சொல்ல வேண்டாம். சொல்லவும் முடியாது. அடுத்த முறை உங்களுக்கு அந்த உணர்வு ஏற்படும்போது நீங்கள் இங்கே வந்து நடனம் ஆடலாம், பாடலாம். என்ன வேண்டுமானாலும் செய்யலாம். இல்லை ஒன்றும் செய்யாமல் மௌனமாக அமர்ந்திருக்கலாம். என்னால் உங்கள் நிலையைப் புரிந்து கொள்ள முடியும்.

அதை வார்த்தைகளில் வடிப்பதுதான் கடினமானது. வார்த்தைகள் மிகச்சிறியவை. அனுபவமோ மிகப்பெரியது. அதனை வார்த்தை களுக்குள் அடக்க முடியாது.

உங்களுக்கு நடந்ததை உங்களால் வார்த்தைகளில் சொல்ல முடியவில்லையென்றால் அது மிகவும் நல்லது. நீங்கள் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உங்களையே திறக்க ஆரம்பிக்கிறீர்கள் என்று பொருள்.

நான் சொல்ல வேண்டியது ஒன்று இருக்கிறது. நான் கதறி அழுதேன். என் கடந்தகாலம் இன்னும் என்னைத் தொடர்ந்து வருகிறது என்பதை முதலில் அடியோடு மறுத்தேன். இப்போது பார்க்கும் போது அது உண்மையென்றே தோன்றுகிறது. இப்போது என் மனம் லேசாகிவிட்டது. என் சக்தி அதிகரித்திருப்பதாக உணர்கிறேன் - இந்த சக்தியை வைத்துக் கொண்டு என்ன செய்யப் போகிறேன் என்பதுதான் எனக்குத் தெரியவில்லை.

உங்களோடு நீங்களே சண்டை போட்டுக் கொள்வதில் உங்கள் சக்தி விரயமாகிறது. உங்களை நீங்களே நிராகரிப்பதிலும் உங்களை நீங்களே வெறுப்பதிலும் அதிக சக்தி செலவழிகிறது. உங்களை நீங்கள் உள்ளபடியே ஏற்றுக் கொண்டால் நீங்கள் சக்தியின் கொள்கலனாகிறீர்கள். அப்போது உங்களிடம் இருக்கும் முரண்பாடுகள் மறைகின்றன. உங்களுக்குள்ளே நடக்கும் போராட்டம் நின்றுவிடுகிறது. உங்களுக்குள் ஓர் ஒற்றுமை ஏற்படுகிறது.

அப்போது உங்கள் சக்தி சேமிக்கப்படுகிறது. அப்படிச் சேமிக்கப்படும் சக்தி ஆக்க பூர்வமான சக்தியாக வெளிப்படுகிறது. முரண்பாடுகளுக்குள் சிக்கிப் போராடிக் கொண்டிருப்பவனிடம் படைக்கும் சக்தி இருக்காது. அவனிடம் அழிவு சக்திதான் இருக்கும். அவன் தன்னைத்தானே அழித்துக் கொள்வான். அதன்மூலமாக மற்றவர்களையும் அழிப்பான். அவன் கொண்ட உறவுகளில் எல்லாம் நச்சுத்தன்மை வந்துவிடும்.

மிக அடிப்படையான கட்டளை உங்களை நீங்களே நேசிக்க வேண்டும் என்பதுதான். உங்களை நீங்களே ஏற்றுக்கொண்டால் மட்டும் போதாது. சில சமயம் உங்களை நீங்களே ஏற்றுக்கொள்வீர்கள். ஆனால் நேசிக்கமாட்டீர்கள். வேறு வழியில்லாமல் ஏற்றுக் கொள்ளலாம். ஆனால் நேசம் வராது. ஆனால் அது முழுமையான ஏற்பு இல்லை. உங்களை நீங்கள் ஒரு வரப்பிரசாதமாக ஏற்றுக்

கொள்ளாவிட்டால், உங்களை நீங்கள் ஏற்றுக்கொண்டு வரவேற்கா விட்டால், அந்த ஏற்பு அபரிமிதமான நன்றியுணர்வுடன் இல்லாவிட்டால், அதாவது உங்களை நீங்களே நேசிக்காவிட்டால் உங்களுக்குள் சக்தி நிரம்பி வழியாது.

ஆனால் உங்களை நீங்களே நேசிக்கத் தொடங்கினால் அதனால் உண்டாகும் மேலதிக சக்தி இசையாக, நடனமாக ஓவியமாக உங்களிடமிருந்து பொங்கி வழியும். ஆயிரம் வழிகளில் படைக்கும் சக்தியாக அது வெளியே வரும். இல்லை ஆழ்ந்த மௌனமாக அது வெளிப்படலாம். அந்த ஆழ்ந்த மௌனத்துடன் யார் தொடர்பு கொள்கிறார்களோ அவர்கள் ஒரு தெய்விக இசையைக் கேட்பார்கள்.

உங்களை ஏற்றுக் கொண்டால் மட்டும் போதாது. நன்றியுணர்வுடன் ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும். இருப்புநிலை உங்களைப் படைத்ததற்குப் பதிலாக வேறு யாரையாவது படைத்திருக்கலாம். எனவே உங்களைத் தேர்ந்தெடுத்ததற்காக இருப்புநிலைக்கு நன்றியைத் தெரிவியுங்கள்.

ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் ஒரு பிரத்தியேக பங்கு இருக்கிறது. அதனால்தான் அவன் பிறந்தான். வாழ்கிறான். நான் ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் என்று சொல்லும்போது யாரையுமே விலக்கவில்லை. நமக்கு எந்த அளவிற்கு ஏசுநாதர் தேவையோ அதே அளவிற்கு அவரை முப்பது வெள்ளிக்காசுகளுக்குக் காட்டிக் கொடுத்த துரோகி ஜூடாசும் தேவை. ஜூடாஸ் இல்லையென்றால் ஏசுநாதரின் வரலாறு அவ்வளவு செழுமையாக இருந்திருக்காது. அந்த வரலாற்றில் ஒரு பெரிய குறைபாடு இருந்திருக்கும். அதனால் ஏசுநாதர் ஜூடாசிற்கு நன்றி சொல்ல வேண்டும்.

உங்களை மட்டுமில்லாமல் அனைவரையும் அப்படி அப்படியே ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

பயாசித் என்ற சூஃபி ஞானியைப் பற்றி இந்தக் கதையை நான் கேள்விப்பட்டிருக்கிறேன்.

ஒரு முறை அந்த ஞானி தன் சீடர்களுடன் சாலையில் நடந்து போய்க்கொண்டிருந்தார். அப்போது வழியில் ஓர் அழகான சிவப்பு நிறக் கல் கிடப்பதைக் கண்டார். அதை எடுத்துப்

பார்த்தார். அதன் அழகில் மயங்கியபடி சில நொடிகள் சிந்தனையில் ஆழ்ந்தார். பின் அந்தக் கல்லை எடுத்த இடத்திலேயே வைத்து விட்டார்.

அவருடைய சீடர்கள் கேட்டார்கள்: "கல்லை எடுத்தீர்கள். பார்த்தீர்கள். யோசித்தீர்கள். பின் மீண்டும் அதே இடத்தில் வைத்துவிட்டீர்கள். என்ன காரணம்?"

"கடவுள் அந்தக் கல்லிற்கு என்று ஏதாவது ஒரு பணியைக் கொடுத்திருப்பார். அதனால்தான் அது அத்தனை அழகுடன் அங்கே இருக்கிறது. அதன் இடத்தை மாற்ற நான் யார்? ஒரு பெரிய பாவம் பண்ண இருந்தேன். அந்தக் கல்லின் அழகில் மயங்கி அதை நான் எடுத்துக் கொள்ளலாம் என்று இருந்தேன். நல்ல வேளை கடைசி நேரத்தில் கடவுளை நினைத்துக் கொண்டேன். அந்தப் பாவத்திலிருந்து தப்பிவிட்டேன். அந்தக் கல் அங்கேயே இருக்கட்டும். அதற்கென்று ஒரு பணி அங்கே இருக்கிறது."

உங்களை நீங்கள் முழுமையாக ஏற்றுகொண்டால் பின் அனைவரையும் உங்களால் ஏற்றுக்கொள்ள முடியும். தன்னையே நிராகரிக்கும் ஒருவனால் இருப்புநிலையை ஏற்றுக்கொள்ள முடியாது. உங்களையே நீங்கள் ஏற்க முடியவில்லையென்றால் உங்களைப் படைத்த இருப்புநிலையை உங்களால் எப்படி ஏற்றுக்கொள்ள முடியும்?

உங்களை நீங்கள் ஏற்றுக் கொள்ளும் அந்தக் கணத்திலேயே நீங்கள் அனைத்தையும் ஏற்றுக் கொள்கிறீர்கள். அனைத்தும் எப்படி இருக்கவேண்டுமோ அப்படியே இருக்கிறது. என்பதை உங்கள் உள்ளுணர்வால் புரிந்து கொள்கிறீர்கள்.

அதன் பின் "எப்படி இருக்க வேண்டும்" "எப்படி இருக்கிறது" என்ற இரண்டு நிலைக்கும் எந்த வேறுபாடும் இல்லை. அந்த நிலையில் இருப்பே ஒரு மாபெரும் கொண்டாட்டமாக மாறுகிறது. அதனால் அனைத்தையும் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் புல்லாங்குழலில் ஒரு ஸ்வரத்தை வாசியுங்கள்.

○

இரண்டாம் நாள்

பயணங்கள் முடிவதில்லை

தேடலில் ஈடுபட்டிருக்கும் ஒரு பெண்ணுடன் ஓஷோ பேசுகிறார். அந்தப் பெண்ணின் தந்தை சமீபத்தில் இறந்துவிட்டார்.

நீ எப்படி இருக்கிறாயம்மா? உன் அப்பா நோய்வாய்ப் பட்டிருந்தாரா?

இல்லை. அவருக்கு 73 வயதாகிவிட்டது. நிறைவான வாழ்க்கை வாழ்ந்துவிட்டார். அதனால் எனக்கு வருத்தம் இல்லை. அவர் உங்களுடைய பிறந்தநாளில் இறந்தது மனதிற்கு நிறைவாக இருக்கிறது.

நல்லது. மரணம் எப்போதும் நமக்கு வருத்தத்தைத் தரக்கூடாது. ஒரு மனிதர் வாழ்ந்து முடித்துவிட்டார். அதுவும் நன்றாக வாழ்ந்துவிட்டார். மற்றவர்களால் நேசிக்கப்பட்டார். அவரும் மற்றவர்களை நேசித்தார். இப்படிப்பட்டவரின் மரணம் நமக்கு எந்தக்காலத்திலும் வருத்தத்தைத் தரக்கூடாது. வாழ்க்கை அழகாக இருப்பது போலவே சாவும் அழகாக இருக்க வாய்ப்பிருக்கிறது. எல்லா வாழ்க்கைகளும் அழகாக இருப்பதில்லை. அதுபோல் எல்லாச் சாவுகளும் அசிங்கமாகவும் இருப்பதில்லை. ஒரு சாவு அழகாக இருக்கிறதா இல்லையா என்பது அதற்கு முன்னால் நிகழ்ந்த வாழ்க்கையைப் பொறுத்தது. வாழ்க்கையின் எல்லை சாவு. வாழ்வின் உச்சகட்டம் மரணம். ஒருவகையில் பார்த்தால் மரணம் என்பதுதான் வாழ்க்கையின் முழுமை. ஆனால் இப்போது அது முக்கியம் இல்லை.

நாம் ஒருநாளும் இறந்தவர்களுக்காக அழுவதில்லை. நாம் எப்போதும் நமக்காகத்தான் அழுகிறோம். ஒவ்வொரு சாவும் உங்களுக்குச் சம்பவிக்கப் போகும் மரணத்தின் ஒரு மெல்லிய நினைவூட்டல். ஒவ்வொரு சாவிலும் உங்களில் ஒரு பகுதி

மரணமடைகிறது. குறிப்பாக உங்கள் தந்தை, தாய், மனைவி கணவன், தோழன் தோழி இறக்கும் போது - உங்களுடன் நெருங்கிய தொடர்புடையவர்கள் இறக்கும்போது உங்களில் ஒரு பகுதி அவரோடு சாகிறது.

அவர்கள் இந்த உலகைவிட்டு மறையும்போது உங்களுக்குள் இருக்கும் ஏதோ ஒன்று கூடவே மறைந்துவிடுகிறது. அதனால் ஏற்படும் வெறுமையை நீங்கள் உணர்கிறீர்கள். அந்த வெறுமையை நீங்கள் முற்றிலுமாக உணர வேண்டும். அந்த வெறுமையை உங்கள் வாழ்க்கையின் ஒரு பகுதியாக மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும். அழவேண்டும் என்று நினைத்தால் அழுங்கள். பெரிதாகக் கதறி அழவேண்டும் என்று நினைத்தாலும் தவறில்லை. செய்யுங்கள். அந்தத் துக்க உணர்வை உங்களுக்குள் புதைத்து வைக்காதீர்கள். அதைத் தவிர்க்க நினைக்காதீர்கள். அதனை நியாயப்படுத்த நினைக்காதீர்கள். நாம் எல்லாவற்றையும் நியாயப்படுத்த முயன்று கொண்டிருக்கிறோம். அதுதான் மனித இனத்தின் மிகப்பெரிய சாபக்கேடு.

அந்த சோக உணர்வை நியாயப்படுத்தி அதைத் தவிர்க்க நினைத்தால் உங்களுக்குள் இருக்கும் காயம் ஆறாமலேயே இருக்கும். அதனால் மனம் விட்டு அழுங்கள். உங்கள் கண்ணீர் பெருகட்டும். உங்கள் தந்தையுடன் நீங்கள் பேச விரும்பினால் பேசுங்கள். அவரிடம் நீங்கள் ஏதாவது சொல்ல நினைத்து அது சொல்லமுடியாமல் போயிருந்தால் அதை இப்போது சொல்லிவிடுங்கள். உங்கள்முன் அவர் இருப்பதாகப் பாவித்து நீங்கள் பேச வேண்டியதை எல்லாம் பேசிவிடுங்கள். மீண்டும் சிறு குழந்தையாகி உங்கள் உணர்வுகள் உங்களை ஆட்கொள்ள அனுமதியுங்கள்.

நாம் எல்லாவற்றையும் நியாயப்படுத்தப் பார்க்கிறோம். நியாயப்படுத்துவதன் மூலமாக நம் உணர்வுகளை நமக்குள்ளேயே அடக்கிவைக்க முயற்சி செய்கிறோம். இன்றைய சிந்தனையின் முக்கிய பிரச்சினை இதுதான். இது மிகவும் ஆபத்தானது. ஏனென்றால் நம் உணர்வுகளை அடக்கிவைக்கும்போது நம் அமைப்பில் நச்சுத்தன்மை கலந்துவிடுகிறது. அதனால்தான் நான் உன்னை இங்கே அழைத்தேன்.

உன் கண்களை மூடிக்கொள். உனக்கு இப்போது ஒரு தாற்காலிக மரணம் சம்பவிக்கட்டும். (இந்தச் சமயத்தில் ஓஷோ தன் கையில் இருக்கும் பேனாவைப் போன்ற சிறிய விளக்கால் அந்தப் பெண்ணின் நெற்றியில் ஒளிக்கதிர்களைப் பாய்ச்சுகிறார். அந்தப் பெண்ணின் முகம் வெளுக்கிறது. எதையோ மென்று முழுங்குகிறாள். அவளுடைய உடல் லேசாக ஆடத் தொடங்குகிறது.)

நல்லது. இன்று இரவு நீ தூங்குவதற்கு முன் உன் படுக்கையில் அமர்ந்து அதை உள்ளே வரவிடு. அது வரும். அது இருக்கிறது. அது உன்னை ஆட்கொள்ள அனுமதி கொடு. அதை இப்போது அனுமதிக்காவிட்டால் பின்னால் அது உனக்குப் பெரிய பிரச்சினையாகிவிடும். அது எந்த நேரமும் உன்னுடனேயே இருக்கும். இப்படித்தான் நாம் வாழ்ந்து அனுபவிக்காத அனுபவங்களைச் சேகரித்துக் கொண்டே போகிறோம்.

ஒவ்வொரு நொடியும் நீங்கள் முழுமையாக வாழ்ந்து முடித்துவிட வேண்டும். பாக்கியில்லாமல் பின்தொடர்ச்சியில்லாமல் முடித்துவிட வேண்டும். அது அன்பாக இருக்கலாம். காதலாக இருக்கலாம். மரணமாக இருக்கலாம். எதுவாக இருந்தாலும் அதை முழுமையாக வாழ்ந்து முடித்துவிட வேண்டும். அதைப் புத்திசாலித்தனத்துடன் அணுகாதீர்கள். உங்கள் மூளைக்கு அங்கு வேலை இல்லை. இதயத்திற்குத்தான் வேலை.

இன்று இரவு உன் படுக்கையில் சுருண்டு படுத்துக் கொண்டு நன்றாக வாய்விட்டு அழு. இப்போது நாம் ஏன் அழ வேண்டும் என்று உன் அறிவு கேள்வி கேட்கத் தொடங்கும். அதை உதாசீனப்படுத்து. உன் உணர்வுகளின் வெளிப்பாட்டில் உன் அறிவு குறுக்கிடாமல் பார்த்துக் கொள். நாளைக் காலை நீ புத்துணர்வுடன் கண் விழிப்பாய். மரணத்திடமிருந்து ஏதாவது புதுப்பாடம் கற்றுக் கொண்டிருப்பாய். நம்மைப் பெற்றவர்களின் மரணம் என்பது நமக்குக் கிடைக்கும் ஒரு மகத்தான வாய்ப்பு. அது ஒரு புனிதமான நேரம். அதன்மூலம் நீ வளப்படுத்தப்படலாம். அதன்மூலம் நீ நிறைய சாதிக்கலாம். அது மகத்தான உள்ளுணர்வுகளை உனக்குத் தரலாம். கிடைத்த வாய்ப்பை நழுவவிடாதே. இன்று இரவு இதை முயற்சி செய்து பார். நானும் உனக்கு உதவி செய்கிறேன். நல்லது.

(இந்தச் சந்திப்பில் தீவிரமாக ஞானம் பெறும் குழுவினரும் இருக்கிறார்கள். அவர்களுடனான உரையாடல் இது.)

நான் தியான முகாமில் பங்கு கொண்டேன். அடுத்தடுத்து மூன்று குழுக்களில் பங்கெடுத்துள்ளேன். என்ன நடக்கிறது என்பதைச் சிந்திக்க முடியாமல் திணறிக் கொண்டிருக்கிறேன். என்னால் இதைப் பகுத்து ஆராய முடியவில்லை.

பகுத்தாய்விற்கு இங்கே அவசியம் இல்லை. அதனால்தான் உங்களை வேகமாக அடுத்தடுத்து முகாம்களில் பங்கெடுக்கச் சொன்னேன். நடுவே அதனைச் சிந்திக்க உங்களுக்கு அவகாசம் கிடைக்கக்கூடாது என்பதற்காகவே அப்படிச் செய்தேன். பகுத்தாய்வு தேவையும் இல்லை. அது உங்களுக்கு எந்தவிதத்திலும் உதவாது. பகுத்தாய்வு வாழும் வழியில்லை. அது வாழ்வதைத் தவிர்க்கும் ஒரு வழி. பகுத்தாய்வு செய்யும்போது நீங்கள் வாழ்வதைத் தள்ளிப் போட்டு வாழ்க்கையைப் பற்றிச் சிந்திக்கிறீர்கள்.

நீங்கள் ஒரு பெண்ணைக் காதலிப்பதாக எண்ணிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். ஆனால் உண்மையில் அந்தப் பெண்ணைக் காதலிக்கவில்லை. அவளைக் காதலிப்பதாக நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். இப்போது அந்தக் காதலே போலியாகிவிடுகிறது. நீங்கள் மற்றவர்களை ஏமாற்றலாம். ஆனால் அதனால் உங்கள் சக்திதான் விரயமாகும். எந்த விஷயத்தையும் பகுத்து ஆராய்தல் என்பது ஒரு வகையான மனநோய். அது உங்களுக்குத் தவறான எண்ணங்களையே கொடுக்கும். காதலைப் பகுத்து ஆராய்ந்தால் அது கேலிக்குரியதாகிவிடும். அவ்வளவு ஏன்? உயிரைப் பகுதி பகுதியாகப் பிரித்துப் பார்த்தால் கடைசியில் சில ரசாயனங்கள்தான் மிஞ்சும்.

ஓர் அழகான மலரைப் பகுதி பகுதியாகப் பிரித்து ஆய்ந்தால் அந்த மலரின் செத்த உடல்தான் மிஞ்சும். அதன் அழகு மறைந்துவிடும். அழகு, நன்மை உண்மை - இது உள்ள எதையும் பகுத்தாய்வுக்கு உட்படுத்த முடியாது.

மனவியல் துறையைத் தோற்றுவித்த ஃப்ராய்டைப் பாருங்கள். எல்லாவற்றையும் தொடர்ந்து ஆராய்ந்து கொண்டேயிருக்கிறார். அவர் காதலைப் பற்றி ஆழமாக ஆராயும்போது மிஞ்சுவதெல்லாம் பாலியல் உறவுதான். காதல் மறைந்துவிடுகிறது. ஒரு கவிதையை

அக்கு வேறு ஆணி வேறாகப் பிரித்துப் போட்டு ஆராயுங்கள். உரைநடை கூட மிஞ்சாது. செத்த வார்த்தைகள்தான் மிஞ்சும். அதனால் எந்தக் காலத்திலும் பகுத்தாய்வு செய்யாதீர்கள்.

அதனால்தான் உங்களை அடுத்தடுத்துக் குழுக்களில் பங்கெடுக்க வைத்தேன். நடுவே நீங்கள் சிந்திக்க நேரம் கிடைக்கக்கூடாது என்பதற்காகத்தான் வேண்டுமென்றே அப்படிச் செய்தேன். அதனால்தான் உங்களுக்கு இன்று மகத்தான அனுபவங்கள் கிடைத்திருக்கின்றன. அவை அனுபவிக்கப்பட வேண்டியவை. ஆராயப்பட வேண்டியவை அல்ல. நல்லது.

நான் குழுவில் இருந்தபோது எனக்கு விவரிக்க முடியாத உணர்வுகள் ஏற்பட்டன. அபூர்வமான ஆச்சர்யமான புரிப்பு என்று அவற்றைச் சொல்லலாம். அது ஒரு திடீர் மாற்றம்.

உங்களைப் பார்த்தால் குழுவில் இருந்த அனுபவம் சிறந்ததாக இருந்திருக்க வேண்டும் என்று தோன்றுகிறது. அதன் தாக்கம் இன்னும் உங்கள் முகத்தில் தெரிகிறது. உங்கள் கடிதம் கிடைத்தது. நல்லது.

இன்னும் அதிகம் நடக்க வாய்ப்பு இருக்கிறது. பயணம் தொடங்கும். ஆனால் ஒரு நாளும் முடியாது என்பதை நீங்கள் மனதில் கொள்ள வேண்டும். ஞானத்தின் பாதையில் இன்னும் ஆழமாகப் போகத் தொடங்குவீர்கள். எந்த நிலையையும் இதுதான் முடிவு என்று நினைக்காதீர்கள். அதைவிட ஆழமான நிலை இருக்கிறது. அதற்காக நீங்கள் காத்துக் கொண்டிருந்தால் மட்டுமே அந்த நிலை உங்களுக்கு வரும்.

அதற்காக நீங்கள் காத்திருக்கவில்லையென்றால் அது உங்களுக்கு நடக்காது. இந்த நேரத்தில் இதனை நன்றாகப் புரிந்து கொள்ளவேண்டும். ஆசைப்படாதீர்கள். காத்திருங்கள். ஆசைப்பட்டால் எதுவும் நடக்காது. ஏனென்றால் ஆசைப்படும் மனம் அதீதக் கிளர்ச்சியுடன், அதீத அழுத்தத்துடன் இருக்கும். குழம்பிப் போயிருக்கும். ஆசைப்படும் மனம் எப்போதும் வருங்காலத்தில்தான் இருக்கும்.

ஆசைப்படாதீர்கள். ஏதோ நடக்கப்போகிறது என்று உணர்ந்து காத்திருங்கள். என்ன நடக்கப் போகிறது என்று உங்களுக்குத் தெரியாது. ஏன் யாருக்குமே தெரியாது. அந்த அனுபவத்திற்கு

மக்கள் பெயர்கள் சூட்டியது துரதிர்ஷ்டவசமானது – கடவுள் ஞானம் நிர்வாணம், ஸடோரி – என்று பெயரிட்டு அதனைக் கொச்சைப் படுத்திவிட்டார்கள். எந்த எதிர்பார்ப்பும் இல்லாமல் காத்திருங்கள். அடுத்தடுத்துக் கதவுகள் திறக்கும்.

நல்லது.

தனிமை அவ்வளவு சுகமாக இருக்கும் என்று எனக்கு இதுவரை தெரியாது. அந்தத் தனிமைச் சுகத்தை அழுத்தமாகப் பெற விரும்பினேன். சிலகாலம் தனியாகப் போய் இருக்கலாமா என்றுகூட யோசித்தேன். ஆனால் இங்கே உங்களுடன் சேர்ந்து இருப்பதுதான் சரி என்று படுகிறது.

தனியாகச் செல்லும் நேரம் இன்னும் வரவில்லை. காத்திருங்கள். இப்போது தனியாகப் போவது உங்களுக்கு உதவாது. தனியாக இருப்பதற்குச் சில சரியான தருணங்கள் இருக்கின்றன. அதைத்தவிர வேறு தருணங்களில் நாம் தனிமையை நாடினால் மனதின் பழைய பழக்கங்கள் மீண்டும் உள்ளே வந்துவிடும்.

அதற்குப் பதிலாக இங்கேயே தனிமையை உணருங்கள். உங்களைச் சுற்றி ஒரு மக்கள் கூட்டமேயிருந்தாலும் தனிமையை உங்களால் இங்கு உணரமுடியும்.

தனிமை என்பது மனதின் ஒரு தன்மை. உங்களைச் சுற்றிக் கூட்டம் இருக்கிறதா இல்லையா என்பதை அது சார்ந்து இருக்காது. ஒரு பெரிய கூட்டத்திற்கு நடுவில் இருந்தபடி நீங்கள் தனிமையாக இருக்கலாம். தனிமையாக இருப்பது என்பது ஒரு மனப்பாங்கு. அவ்வளவுதான்.

அதனால் முதலில் இங்கு தனிமையாக இருக்கப் பழகுங்கள். அதில் வெற்றி பெற்றால் – நீங்கள் நிச்சயம் வெற்றி பெறுவீர்கள். அதில் எந்தப் பிரச்சினையும் வர வாய்ப்பு இல்லை – அதன்பின் நீங்கள் ஒரு தனிமையான இடத்திற்குச் செல்லலாம். உங்களால் இங்கு தனிமையை உணர முடிந்ததென்றால் அங்கும் நீங்கள் தனியாக இருப்பீர்கள். இங்கே தனிமை கஷ்டமாக இருந்தது என்றால் அங்கே தனிமை இன்னும் கஷ்டமாக இருக்கும். நாம் மனிதர்களுடன் சேர்ந்து வசிக்கும்போது மிகவும் இயல்பாக இயற்கையாக இருக்கிறோம். மீன் தண்ணீரில் இருக்கிறது.

அப்போது அது தன் இயல்பான சூழலில் இருக்கிறது. அதைப் பிடித்துத் தரையில் போட்டால் அதன் இயல்பான சூழ்நிலை போய்விடுகிறது. அது உயிருக்கே போராட வேண்டியிருக்கிறது.

முதலில் உங்கள் இயல்பான சூழ்நிலையில் தனிமையைப் பழகிக் கொள்ளுங்கள். அதன்பின் நீங்கள் தனியிடத்தில் தனிமையாக இருக்கலாம்.

இங்கே நான் அழுத்தமாகப் பதிவு செய்யவிரும்புவது இதைத்தான். மக்களுடன் சேர்ந்து இருக்கும்போது தனியாக இருக்கப் பழகிக் கொள்ளுங்கள்.

இந்தியாவில் நாம் தனியிடத்துக்குப் போய்த் தனியாக இருப்பதைப் பரிசோதித்துப் பார்த்திருக்கிறோம். அந்தப் பரிசோதனை படுதோல்வியடைந்தது. கடந்தகாலங்களில் நாம் பலர் தனியிடத்தைத் தேடிச் செல்ல உதவி செய்திருக்கிறோம். அவர்கள் மீண்டும் சமுதாயத்திற்கு உள்ளே வர அஞ்சுகிறார்கள். அவர்கள் தங்கள் சூழலுக்கு எஜமானர்கள் ஆவதற்குப் பதிலாக அடிமையாகிவிட்டார்கள். அதனால் அவர்கள் உலகைத் துறந்தார்கள். இதனால் இந்தியா மிகவும் அவதிப்பட்டது. ஓர் ஐன்ஸ்ட்டீனாகவோ பெட்ரண்ட் ரஸலாகவோ ஒரு ஃப்ராய்டாகவோ வந்திருக்க வேண்டியவர்கள்தான் உலக வாழ்க்கையைத் துறந்து ஒன்றும் இல்லாமல் சாவியாகிப் போனார்கள். தனியிடத்துக்குப் போவதற்கான கதவு எப்போதும் திறந்தேயிருந்தது. அதன்மூலம் தப்பித்தவர்கள் ஞானம் பெற்ற குருதேவர்களாகவில்லை. சூழ்நிலைக் கைதிகள் ஆனார்கள். ஞானம் பெறுவதற்கு அதற்கு நேரெதிர் சூழல் தேவை. ஒரு வகையில் அவர்கள் வறியவர்களானார்கள்.

சமுதாயத்தை விட்டு விலகியிருக்கும் சுகத்தை நீங்கள் அறிந்து கொண்டால் உங்கள் மனம் அந்த சுகத்தைவிட்டு வெளியே வரச் சம்மதிக்காது. அது மனித வாழ்க்கையில்லை. சாதாரணச் செடி கொடியைப் போல் ஓரறிவுள்ள வாழ்க்கை.

நீங்கள் இப்போது நன்றாக முன்னேறிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். இதற்கு ஊறு விளைவிக்காதீர்கள். தொடர்ந்து இங்கேயே இருங்கள். நான் பார்த்துக் கொள்கிறேன். நீங்கள் தனியிடத்துக்குப் போகும் அளவிற்கு வளர்ந்தவுடன் நானே உங்களை அனுப்பிவைக்கிறேன். எல்லாம் நன்மைக்கே.

வீட்டிற்குத் திரும்பச் செல்வதை நினைத்தால் எனக்குக் கவலையாக இருக்கிறது. நான் கிறிஸ்தவ இறைப்பணியில் உள்ளேன். அதற்கு நான் சரியான ஆள்தானா என்ற சந்தேகம் வந்துவிட்டது. எனக்கு இங்கே இருப்பது பிடித்திருக்கிறது.

நான் உங்களைத் திருப்பி அனுப்புகிறேன்.- ஏனென்றால் இங்கே ஒரு நிகழ்வு நிகழப் போகிறது. ஏதோ நிகழ்ந்துவிட்டது. சூழ்நிலை மிகவும் புதியதாக இருக்கிறது.. மிகவும் எளிதாக இருக்கிறது. உங்கள் வீட்டின் பழைய சூழலில் நீங்கள் இதை முயற்சி செய்து பார்க்க விரும்புகிறேன். அதனால் ஒரு புது மனிதனாகத் திரும்பிச் செல்லுங்கள். நீங்கள் ஒரு புது மனிதர்தான்.

ஒரு புதுமனிதனாக உங்கள் வேலையைத் தொடங்குங்கள். உங்கள் சூழல் பழையதாக இருக்கட்டும். நீங்கள் புதியவராக இருங்கள். இந்த முரண்பாட்டில் உங்களுக்கு என்ன நேர்ந்திருக்கிறது என்பதை உணர்வீர்கள்.

இங்கே இருக்கும்வரை ஏதோ பிரமாதமாகச் சாதித்துவிட்டதாக மக்கள் நினைப்பார்கள். ஆனால் வீட்டுக்குத் திரும்பியபிறகுதான் அவர்களுக்குக் கிடைத்திருக்கும் அனுபவம் எத்தனை மகத்தானது என்பது தெரியும். பழையதற்கும் புதியதற்கும் இருக்கும் அந்த வேறுபாடு அந்த முரண்பாடு மிகவும் முக்கியமானது.

சிலருக்குப் பழைய வழிகளில் மீண்டும் மூழ்கிவிடலாம் என்னும் சபலமும் உண்டாகிறது. அந்தச் சபலமும் நம் விழிப்புணர்வு வளரத் துணை செய்கிறது.

அதனால் நீங்கள் திரும்பிச் செல்லத்தான் வேண்டும். அடுத்த முறை நீங்கள் வரும்போது என்ன மாற்றம் நடந்திருக்கிறது என்று பார்க்கிறேன்.

உங்களுக்கு இங்கு இருக்க விருப்பம் என்றால் இங்கு இருங்கள். ஆனால் நீங்கள் வீட்டிற்குத் திரும்பச் செல்வதுதான் உங்களுக்கு ஏற்ற தியானம். நீங்கள் வீட்டிற்குத் திரும்பிய பின்னும் புதுமையை உணர வேண்டும், புதிய வழியில் நடக்க வேண்டும். பழைய வழிகளைத் தவிர்க்க வேண்டும். அதுதான் உங்களுக்கு இந்தச் சமயத்தில் சரியான பயிற்சி.

நீங்கள் வீட்டிற்குத் திரும்பினால் உங்கள் குடும்பம் உங்கள் நண்பர்கள் உங்கள் சக ஊழியர்கள் - உங்களைப் பழைய வழியில் அமிழ்த்தப் பார்ப்பார்கள். உங்களுக்கு எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை என்பதை நீங்கள் மறந்துவிடக் கூடாது.

சில சமயம் என்னிடம் சிலரைக் கூட்டி வருகிறார்கள். “இவனுக்குப் பைத்தியம் பிடித்துவிட்டது.” என்று என்னிடம் சொல்கிறார்கள். இங்கே வந்து தியானம் செய்கிறான். அவனுக்குக் குணமாகிறது. தன் வீட்டிற்குத் திரும்புகிறான். அவன் குடும்பம் அவனிடம் அதே பைத்தியக்காரத்தனத்தை எதிர்பார்க்கிறது. அவன் மீண்டும் பொறியில் சிக்கிக் கொள்கிறான். அவன் தன் பாத்திரத்தை நடிக்க வேண்டியிருக்கிறதே! என்ன செய்வது!

பைத்தியக்கார ஆஸ்பத்திரிகளில் இருப்பவர்களில் 90 சதவிகிதம் பேர் பைத்தியக்காரர்கள் இல்லை. இதை நாம் நன்றாகப் புரிந்து கொள்ளவேண்டும்.

அவர்கள் பைத்தியத்தின் வாழ்க்கையை வாழ்கிறார்கள். அவர்கள் மேல் அந்தப் பாத்திரம் திணிக்கப்பட்டுவிட்டது. அதை அவர்களும் ஏற்றுக் கொண்டுவிட்டார்கள். அப்படி ஏற்றுக் கொள்வது அவர்களுக்கு வசதியாக இருக்கிறது. அதை ஏற்றுக் கொண்டபின் நெருக்கமானவர்களின் எதிர்பார்ப்பைச் சிதைக்க விரும்பவில்லை.

நூறு பைத்தியங்களிடம் “உங்களுக்குப் பைத்தியம் இல்லை.” என்று சொன்னால் உடனடியாக அதில் 90 பேருக்குக் குணமாகிவிடும். அவர்கள் அந்தப் பாத்திரத்திலிருந்து வெளியே வர அனுமதிக்க வேண்டும். அதுவரை அவர்கள் இருந்தது ஒரு விளையாட்டு என்பதை அவர்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். அது முட்டாள்தனமான விளையாட்டு. ஏனென்றால் அந்த விளையாட்டில் அவர்கள் எப்போதும் நஷ்டமடைகிறார்கள்.

அந்தப் பைத்தியக்காரத்தனத்தை விட்டொழியுங்கள். நல்ல சிரிப்புடன் வெளியுலகிற்குச் செல்லுங்கள். போகும்போது என்னைப் பார்த்துவிட்டுப் போங்கள்.

இப்போது நான் உங்களைத் தலையில் அடிக்கப் போகிறேன்.

○

மூன்றாம் நாள்

பித்துப் பிடித்தவனைப் போல் வாழ்க்கையைக் காதலியுங்கள்

நான் என் கணவனை மிகவும் ஆழமாகக் காதலிக்கிறேன். அதே சமயத்தில் மற்றொரு ஆண் என்னை வெகுவாகக் கவர்கிறான். அந்த ஈர்ப்பைத் தாங்க முடியவில்லை

இரண்டு விஷயங்களை மனதில் கொள்ள வேண்டும். முதல் விஷயம்: நம்பிக்கையும் நெருக்கமும் இருக்கும் சூழ்நிலையில்தான் காதல் தழைக்கும். உங்கள் நேசத்தை A யிடம் இருந்து B க்கு மாற்றி, B யிடமிருந்து C க்கு மாற்றும்போது உங்கள் இருப்பு நிலையையே ஓர் இடத்திலிருந்து இன்னொரு இடத்திற்கு மாற்றுகிறீர்கள். அப்படிச் செய்யும்போது நீங்கள் உறவுகளில் ஆழமாக வேர்விட மாட்டீர்கள். வேர்களில் வலு இருக்காது. வேர்களில் வலு இல்லையென்றால் மொத்த மரமும் சிறு காற்றில்கூட நிலைத்து நிற்கமுடியாத அளவிற்குப் பலவீனமாகிவிடும். மரம் வலுப்பெற வேண்டுமென்றால் வலுவான வேர்கள் தேவை. வலுவான வேர்களைப் பெறக் கால அவகாசம் வேண்டும். அதிலும் காதலின் வேர்கள் வலுப்பெற ஓர் ஊழிக்காலம் கூடப் போதாது. ஏனென்றால் காதலின் வளர்ச்சிக்கு வரம்புகளே இல்லை. அதற்கு ஆரம்பம் இருக்கிறது. ஆனால் முடிவு இல்லை.

அதனால் காதலை மேலோட்டமாகப் பார்க்காதீர்கள். அது சாதாரண உறவு அல்ல. காதல் மூலமாக உங்கள் ஆன்மாவையே நீங்கள் அறிந்து கொள்வீர்கள். காதல் புனிதமானது. ஆனால் அதனை மேற்கில் கொச்சைப்படுத்திவிட்டார்கள். மேற்கத்திய நாடுகளில் காதலின் அர்த்தமே காணாமல் போய்விட்டது. அங்கெல்லாம் காதல் உடல் சம்பந்தப்பட்ட ஒரு விஷயமாக மாறிவிட்டது. ஒரு பாலியல் உறவாகத் தரம் தாழ்ந்துவிட்டது. கூடிய விரைவில் மேற்கத்திய நாடுகள் காதலின் முக்கிய பரிமாணங்களையே இழக்க நேரிடும் என்று அஞ்சுகிறேன்.

காதலின்மூலம் ஏற்படும் வளர்ச்சிக்கான வாய்ப்பையே மக்கள் மறந்துவிடும் அபாயம் இருக்கிறது.

உங்களுக்குத் தோன்றிய ஈர்ப்பு மனக்கிளர்ச்சியைப் பற்றியதாக இருந்தால் உங்கள் காதலரை மாற்றிக்கொள்வது நல்லது. உங்களிடம் ஏற்படும் கிளர்ச்சி உங்கள் காதலரை இன்னும் நன்றாக அறிந்து கொள்ள உதவும். பழைய காதலனைப் பொறுத்தமட்டில் உங்களுக்கு எல்லாமே தெரியும். அது தெரிந்த தேசம். அதனாலேயே லேசாக அலுப்புத் தட்ட ஆரம்பிக்கலாம். கொஞ்சம் சலிப்பு ஏற்படலாம். அது இயற்கையான உணர்வுதான்.

ஆனால் நீங்கள் அவரை உண்மையாகவே காதலித்தால் அந்த அலுப்புணர்வையும் அந்தச் சலிப்பையுமே காதலிக்கத் தொடங்குவீர்கள். ஒருவனை நீங்கள் நிஜமாகவே காதலித்தால் அவனுடைய பழைய பழக்கங்கள், பழைய வழிகள் எல்லாவற்றையுமே காதலிப்பீர்கள்.

பழைய பொருள்களுக்கு என்று ஒரு கவர்ச்சி இருக்கத்தான் செய்கிறது. நீங்கள் அமர்ந்திருக்கும் பழைய சாய்வு நாற்காலியைப் போல. மற்ற இருக்கைகள் கொடுக்க முடியாத ஏதோ ஒன்றை இந்தப் பழைய சாய்வு நாற்காலி கொடுக்கிறது. அது உங்களுடன் மிகச் சரியாகப் பொருந்துகிறது. உங்களுக்காகவே வடிவமைக் கப்பட்டதைப் போல் இருக்கிறது.

நீங்கள் வசிக்கும் பழைய வீட்டில் அந்தப் பழைய அறையில் ஒரு சுகமான பழமை உணர்வு இருக்கத்தான் செய்கிறது. உங்களுக்கும் உங்கள் பழைய வீட்டிற்கும் ஒரு தொடர்பு, ஓர் இசைவு இருக்கிறது. அது வேறு நீங்கள் வேறு என்று நீங்கள் உணர்வதில்லை. உங்களுக்கும் உங்கள் வீட்டிற்கும் இடையில் உள்ள எல்லைக்கோடுகள் மறைந்து போகின்றன. நீங்கள் உங்கள் வீட்டுடன் ஒன்றாகிவிட்டீர்கள். பழைய பொருள்களுக்கு என்று ஒரு கவர்ச்சி இருக்கத்தான் செய்கிறது. ஆனால் அதை நீங்கள்தான் முயன்று கண்டுபிடிக்க வேண்டும்.

குழந்தைகள்தான் எப்போதும் புதுப் பொருள்களுக்காக அலைவார்கள். ஏங்குவார்கள். நீங்கள் வளர வளர உங்களுக்குப்

பழைய பொருள்களிடம் ஓர் ஈடுபாடு ஏற்படும். அவற்றிடம் உள்ள சலிப்பு குறையும்.

அப்போது உங்களுக்கு இவை எல்லாம் வளர்ச்சியின் பல்வேறு நிலைகள் பல்வேறு இடுகைகள் என்று தெரியும். ஒரு மனிதனைக் காதலிக்கும்போது அவனில் ஓர் இடுகையை மட்டும் நீங்கள் அறிகிறீர்கள். ஆனால் அதுதான் எல்லாம் என்ற தவறான முடிவிற்கு வந்துவிடாதீர்கள். உங்கள் காதலனுக்கு இருக்கும் இன்னும் ஆழமான ஓர் இடுகை உங்கள் தூண்டுதலுக்காகக் காத்துக் கொண்டிருக்கிறது. அதன்பின் அதனையும் தாண்டி ஓர் ஆழமான இடுகை இருக்கிறது. இதற்கெல்லாம் முடிவேயில்லை.

சொல்லப் போனால் உங்கள் காதலனுக்கே தனக்குள் எவ்வளவு அடுக்குகள் - இடுகைகள் - இருக்கின்றன என்பது தெரியாது. அவனுடைய காதலி அவனுடைய இருப்புநிலைக்குச் சவால்விட்டால் அவளுக்கு மட்டுமில்லாமல் அந்தக் காதலனுக்கும் தன்னைப் பற்றி இன்னும் நன்றாகத் தெரியும். அந்த அறிதல் காதல் மூலமாகத்தான் நடக்க வேண்டும். நாம் ஒருவருக்கு ஒருவர் சவால் விடும்போதுதான் ஒருவரை ஒருவர் தூண்டிவிடும்போதுதான் ஒருவரை ஒருவர் இன்னும் நன்றாக ஆழமாகத் தெரிந்து கொள்கிறோம்.

அதனால் உங்கள் பழைய காதலனை அறியப் புதிய வழிகளைக் கையாளுங்கள். உங்களுக்கு ஒரு நாளும் தோல்வி ஏற்படாது. உங்கள் காதலின் ஒரு புது பரிமாணத்தைக் கண்டுபிடிக்கும் உத்திமட்டும் உங்களுக்குத் தெரிந்துவிட்டால் அவன் ஒருநாளும் உங்களுக்குச் சலித்துப் போகமாட்டான். பழைய காதலனாக இருக்க மாட்டான். இல்லை, பழையதாக இருந்தாலும் புதுமையான வனாக இருப்பான். அந்த நிலை தொடர்ந்தால் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக வேர்கள் விடத் தொடங்குவீர்கள்.

ஆழமான காதலில் ஒரு காலகட்டம் வரும்போது காதலிப்பவர் - காதலிக்கப்படுபவர் இருவரும் ஏறக்குறைய ஒன்றாகிவிடுவார்கள். நான் இந்த இடத்தில் "ஏறக்குறைய" என்ற வார்த்தையைப் பயன்படுத்தக் காரணம் அவர்கள் இன்னும் உடலளவில் வேறு வேறாக இருப்பார்கள் என்பதால்தான். ஆனால் ஆழமாக இருக்கும் ஓர் இசைவை உணர ஆரம்பிப்பார்கள்.

இன்றைய விஞ்ஞான ஆராய்ச்சிகளும் ஓர் ஆச்சரியமான விஷயத்தைச் சொல்கின்றன. நீண்ட நாள் காதலில் வயப்பட்டிருப்பவர்கள் ஒருவருக்கு ஒருவர் பேசிக் கொள்ளக் கூடத் தேவையில்லை என்பதைக் கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள். ஒருவரின் மனதில் ஓர் எண்ணம் உதித்தால் அது உடனே அடுத்தவர் மனதிற்குப் போய்ச் சேர்ந்துவிடுமாம். பழைய காதலர்கள் அதிகம் பேசுவதில்லை. ஒருவரை ஒருவர் நன்றாகப் புரிந்து கொள்கிறார்கள். போகப் போகக் காதலர்கள் இரட்டைக் குழந்தைகளைப் போல் மாறிவிடுகிறார்கள்.

காதல் என்பது ஒரு விளையாட்டல்ல. அது ஒரு மகத்தான தீரச் செயல். அது வாழ்நாள் முழுவதும் தொடரும் ஒரு பொறுப்பு. அதை இன்னும் ஆழமாகப் புரிந்து கொண்டால் அது ஒரு வாழ்நாளையும் தாண்டிப் பல வாழ்நாட்கள் தொடரும் ஓர் உறவு.

இன்று யூத மதம், கிறிஸ்தவ மதம், இஸ்லாமிய மதங்கள்தான் மேற்கத்திய சிந்தனையை மிகவும் பாதித்த மதங்கள். இந்த மூன்று மதங்களின் போதனைகளால் மறுபிறவி என்ற கோட்பாட்டையே நாம் இழந்துவிட்டோம். ஒன்று மட்டும் நிச்சயம். நீங்கள் இந்தப் பிறவியில் ஒருவரை ஆழமாகக் காதலித்தால் அடுத்தபிறவியிலும் அவரை நீங்கள் அவசியம் சந்திப்பீர்கள். பல பிறவிகளில் தொடரும் திருமண உறவைப் பற்றிச் செய்திகள் வந்த வண்ணம் இருக்கின்றன. அப்படி இருப்பவர்கள் ஒருவரை ஒருவர் இன்னும் ஆழமாகப் புரிந்து கொள்கிறார்கள்.

உங்கள் காதலே உங்கள் தியானமாக இருக்கட்டும். உங்கள் காதலைப் புனிதமான ஓர் உறவாகப் பாருங்கள். பொழுதுபோக்கு விஷயமாகப் பார்க்காதீர்கள். உங்கள் காதலை ஒரு சவாலாக எதிர்கொள்ளுங்கள். ஒவ்வொரு சவாலையும் எதிர்கொள்வது ரணவேதனையாகத்தான் இருக்கும். வளர்ச்சி தேவை என்றால் வலியை அனுபவித்துத் தானாக வேண்டும்.

அடுத்த ஆறு மாதங்களுக்கு உங்கள் காதலை உங்கள் தியானமானப் பாருங்கள். இந்த உலகில் உங்கள் காதலரைத் தவிர வேறு யாருமே இல்லை என்று கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். ஆறுமாதங்களுக்குப் பின் என்ன நடக்கிறது என்று பாருங்கள்.

என்றாவது ஒரு நாள் அடுத்த ஆணைப் பற்றிய சிந்தனை வந்தால்.. அப்படி ஒரு சிந்தனை வர வாய்ப்பிருக்கிறது. மனம் எப்போதும் எதையாவது யோசித்துக்கொண்டேயிருக்கிறது. முப்பது வெள்ளிக்காசுகளுக்காக ஏசுநாதருக்குத் துரோகம் செய்த யூதாஸைப் போல் மனம் உங்கள் உள்ளே இருக்கும் ஆன்மாவிற்கு துரோகம் செய்யும் வல்லமை கொண்டது.

உங்கள் மனதில் அடுத்த ஆணைப் பற்றிய சிந்தனை வர வாய்ப்பிருக்கிறது. அப்படி ஓர் எண்ணம் வந்தால் அதனை அடக்கி வைக்காதீர்கள். அதனால் எந்தப் பயனும் இல்லை. ஒவ்வொரு இரவும் அந்த மாதிரி வேற்று ஆடவர் மேல் ஆசை தோன்றினால் - காம உணர்வுகள் தோன்றினால் - சுமார் அரை மணி நேரத்திற்கு உங்கள் கற்பனைகளை அந்த எண்ணத்தின் போக்கிலேயே ஓடவிடுங்கள். உங்கள் மனதில் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று தோன்றுகிறதோ அதை அந்தக் கற்பனை உலகில் செய்து கொள்ளுங்கள்.

அத்தகைய ஆசைகளைப் பழிக்காதீர்கள். அவை இயல்பானவை. ஒவ்வொரு மனிதனுக்குள்ளும் அத்தகைய ஆசைகள் தோன்றிய வண்ணம் இருக்கின்றன. அந்த அரைமணி நேரத்தை அந்த ஆசைகளுக்காகச் செலவழித்து முடித்துவிடுங்கள்.

கூடிய சீக்கிரத்தில் உங்களுக்கு மனதின் விளையாட்டுகள் புரியும். ஆறுமாதங்களில் மற்றவர்களைப் பற்றிய எண்ணங்கள் உங்கள் மனதிலிருந்து மறைந்துவிடும். அப்படி மறையும் போதுதான் உங்களுக்குக் காதல் என்றால் என்னவென்று தெரியும். இதுவரை நீங்கள் காதல் என்ற வார்த்தையை மட்டும்தான் காதால் கேட்டிருக்கிறீர்கள். இல்லையா?

ஆறுமாதங்கள். அதன்பின் ஒவ்வொரு மாதமும் எப்படி இருக்கிறீர்கள் என்று சொல்லுங்கள். நல்லது.

அதீதமான மன அழுத்தத்தால் அவதியுறுகிறேன். அதற்குக் காரணம் பேராசை. கடவுள் கைப்பட வேண்டும் என்ற பேராசை. என்னால் என்னுடைய முட்டாள்தனமான பகுதிகளை ஏற்றுக் கொள்ள முடியவில்லை. நான் என்ன செய்வது?

ஒன்றும் செய்யத் தேவையில்லை. முட்டாள்தனமும் தேவை. அது ஒரு வேடிக்கை. நீங்கள் முட்டாளாக இல்லாமல் இருபத்திநான்கு மணிநேரமும் புத்திசாலியாக இருந்துவிட்டால் உங்கள் வாழ்க்கையே ஒரு பெரிய சுமையாகிவிடும். கொஞ்சம் முட்டாள்தனம் நல்லது. அதனை நீங்கள் ரசிக்கப் பழகிக்கொள்ள வேண்டும்.

பெரிய மனிதர்கள் எல்லாம் தங்கள் முட்டாள்தனத்தை உதறித்தள்ளிவிடவில்லை. அதைத் தங்களுக்குச் சாதகமாகப் பயன்படுத்திக் கொண்டனர். அதுதான் அவர்களுடைய மேதாவித்தனத்தின் ரகசியம்.

உங்களில் எந்தப் பகுதியையும் ஒதுக்கிவைக்காதீர்கள். எதனையும் வெட்டி எறிந்து விடாதீர்கள்.. அப்படிச் செய்தால் உங்களுக்குள் பிளவுகள் உண்டாகும். நீங்கள் முழுமையான மனிதராக இருக்கமாட்டீர்கள். அந்த முட்டாள்தனமான பகுதிகளும் நீங்கள்தானே! அதை வெறுத்து ஒதுக்குவது யார்? அதுவும் நீங்கள்தானே! உங்கள் அகந்தைதானே!

உங்களுடைய முட்டாள்தனமான பகுதிகளைக் கண்டிக்கும் உங்கள் அகந்தையைவிட இயல்பாக முட்டாள்தனமாக இருக்கும் அந்தப் பகுதிகள் எவ்வளவோ மேலானவை.

கடுமையான ஆசாமியாக இருக்காதீர்கள். அதற்கு அவசியமே யில்லை. நீங்கள் உங்களை ஏற்றுக் கொண்டாலும் இல்லையென்றாலும் நீங்கள் நீங்கள்தான். அதில் எந்த மாற்றமும் இருக்கப் போவதில்லை. உங்கள் நிராகரிப்பினால் எந்த மாற்றமும் விளையாது. அது உங்களை இன்னும் சோகமாக்கும். அதே சமயம் உங்களை நீங்கள் ஏற்றுக் கொண்டால் நீங்கள் ஆடலாம் பாடலாம். வாழ்க்கையையே ஒரு திருவிழாவாகக் கொண்டாடலாம்.

உங்களை நீங்களே நிராகரித்தால் எந்த நேரமும் அழுத்தத்துடன் இருப்பீர்கள். வருத்தத்துடன் இருப்பீர்கள். நீங்கள் உங்களை ஏற்றுக் கொள்வதா வேண்டாமா என்பது கேள்வியில்லை. நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக இருக்க விரும்புகிறீர்களா இல்லையா என்பதுதான் கேள்வி.

நூறு வயதான கிரேக்க அறிஞர் டயோஜனீசிடம் கேட்டார்கள்: "உங்களால் எப்படி எந்த நேரமும் சந்தோஷமாக இருக்க முடிகிறது? அதன் ரகசியம் என்ன?"

அவருடைய பதில்: " ஒவ்வொரு நாள் காலையிலும் நான் கண் விழிக்கும்போது என் முன்னால் இரண்டே இரண்டு வழிகள் இருப்பதை நான் அறிகிறேன். ஒன்று மகிழ்ச்சியாக இருப்பது. இரண்டாவது சோகமாக இருப்பது. ஒவ்வொரு நாளும் நான் மகிழ்ச்சியின் பாதையையே தேர்ந்தெடுக்கிறேன். அதனால்தான் நான் எல்லா நாளும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறேன்."

சோகமாக இருப்பதால் என்ன பயன்? இதில் நாம் முக்கியமாகப் பார்க்க வேண்டியது - நாம் மகிழ்ச்சியாக இருக்கத் தொடங்கினால் நாம் மாறத் தொடங்குவோம். உலகத்தில் உள்ள ஒரே ரசவாதம் சந்தோஷம்தான். நம்மை மாற்றும் வல்லமை மகிழ்ச்சிக்குத்தான் உண்டு. நம்மை மாற்ற வேறு வழிகளேயில்லை.

மகிழ்ச்சியாக இல்லாதவர்கள் மாறுவதேயில்லை. அதே பழைய வாழ்க்கையை வாழ்ந்துகொண்டிருக்கிறார்கள். ஏனென்றால் அவர்களால் மாறமுடியாது.

மகிழ்ச்சியாக இருப்பவர்கள் தொடர்ந்து மாறிக்கொண்டேயிருக் கிறார்கள். அதனால் அவர்கள் இன்னும் மகிழ்ச்சியடைகிறார்கள். அதனால் அவர்களால் இன்னும் அதிகமாக மாற முடிகிறது.

மகிழ்ச்சி மட்டுமே உண்மையான ரசவாதம் என்று ஏன் சொல்கிறேன்?

நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும்போது நீங்கள் ஆற்று வெள்ளத்தைப் போல் ஓடிக் கொண்டு இருக்கிறீர்கள். உங்கள் சக்தி ஓர் இடத்தில் உறைந்து போகாமல் பாய்ந்து கொண்டிருக்கிறது. உங்களுக்குள்ளே பிரபஞ்சத்தின் சக்தி நடனமாடிக் கொண்டிருக்கிறது. அந்த இயக்கசக்திதான் உங்களை மாற்ற முடியும்.

நீங்கள் சோகமாக இருக்கும்போது ஒரு பாறாங்கல்லைப் போல் ஓர் இடத்தில் உறைந்து போகிறீர்கள். உங்களிடம் இயக்கம் இல்லை. ஓட்டம் இல்லை. அந்த நிலையில் நீங்கள் எப்படி மாற முடியும்?

சோகமாக இருக்காதீர்கள். கடவுளைத் தேடுபவர்களிடம் எல்லாம் இந்தப் பிரச்சினை இருக்கிறது. கடவுளைத் தேடுபவர்கள் எல்லாரும் அதற்காகக் கவலைப்படும் சீரியஸ் ஆசாமிகளாகவே இருக்கிறார்கள். அவர்களிடம் ஒரு கனமும் அழுத்தமும் இருக்கிறது. இந்தக் கனமும் அழுத்தமும் இல்லாதவர்கள் கடவுளைப் பற்றி அவ்வளவாகக் கவலைப்படுவதில்லை. ஆனால் கடவுளைத் தேடச் சரியான ஆசாமிகள் அவர்கள்தான். இந்த மனிதர்கள் - அதாவது எதைப்பற்றியும் கவலைப்படாதவர்கள் - வாழ்க்கையை அனுபவிப்பதில் மும்முரமாக இருக்கிறார்கள். வாழ்க்கை, காதல், உணவு, சுகங்கள் போன்ற சின்னச் சின்ன விஷயங்களை நன்றாக அனுபவிக்கிறார்கள். உலகத்திலிருந்து விலகி நிற்காமல் அதோடு சேர்ந்து இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறார்கள். அவர்கள் கோயிலுக்குப் போவதில்லை. ஞாயிற்றுக்கிழமை தேவாலயத்திற்குச் செல்வதில்லை. இதெல்லாம் கனமான விஷயங்கள். சாவோடு தொடர்புடையவை. வாழ்க்கைக்கும் கோயிலுக்கும் எந்த சம்பந்தமும் இல்லை என்று அவர்களுக்குத் தெரியும்.

ஆனால் இறைமையை அடையத் தகுதியானவர்கள் அவர்கள்தான். ஆனால் பிரச்சினை என்னவென்றால் அவர்களுக்குக் கடவுள்மேல் ஆர்வம் இல்லை. கடவுள்மேல் ஆர்வம் உள்ளவர்கள் எல்லாம் மன அழுத்தம் உடையவர்களாக, சோகமானவர்களாகவே இருக்கிறார்கள். இவர்கள் ஏதோ ஒருவிதத்தில் தங்கள் வாழ்க்கையைத் தவறவிட்டவர்கள் - தன்னலம் மிக்கவர்கள், அடுத்தவர்களுக்குச் சதா அறிவுரை சொல்லிக்கொண்டிருக்கும் ஒழுக்கவாதிகள், தாங்கள் தான் சுத்தமானவர்கள் என்ற அகங்காரத்தில் திளைத்திருப்பவர்கள். இவர்கள் தேவாலயங்களுக்குள் நுழைந்து விடுகிறார்கள். இவர்கள் உள்ளே இருப்பதால் இறைமை அங்கே செல்ல முடியவில்லை. எனக்கு உங்கள் பிரச்சினை புரிகிறது. இந்த மனிதர்களிடம் என்ன செய்யமுடியும்? அவர்கள் உங்களைக் கொல்லவும் தயங்கமாட்டார்கள்.

துடிப்பான வாழ்க்கை இருக்கும் இடத்தில்தான் இறைமை இருக்கிறது. எங்கே மகிழ்ச்சியான நடனம் நடந்து கொண்டிருக்கிறதோ, எங்கே அழகான மலர்கள் பூத்துக்கொண்டிருக்கின்றனவோ எங்கே ஆறு தன் போக்கில் ஓடிக்கொண்டிருக்கிறதோ எங்கே நட்சத்திரங்கள் கண் சிமிட்டிக்கொண்டிருக்கிறதோ அங்கேதான் இறைமை இருக்கிறது.

இறைமை என்ற அந்த வார்த்தையை நீங்கள் மறந்துவிடலாம். அதனால் எந்த நஷ்டமும் இல்லை. வாழ்க்கை மட்டும் இருந்தாலே போதுமானது. வாழ்க்கை என்றால் அது மரணமில்லாப் பெரு வாழ்வு, ஏதோ முக்கியமான வாழ்க்கை ஆங்கிலத்தில் பெரிய L போட்டு எழுதும் Life என்று நினைத்துவிடாதீர்கள். சாதாரண, எளிமையான சந்தோஷமான சிறிய l போட்டு எழுதும் life-ஐத்தான் நான் சொல்கிறேன். அந்த வாழ்க்கைதான் இறைமை.

இது நான் தினமும் சந்திக்கும் பிரச்சினை. நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக சிரித்த முகத்துடன் துடிப்புடன் இருப்பதையே நான் விரும்புகிறேன். பித்துப் பிடித்தவனைப் போல் வாழ்க்கையை வெறித்தனமாகக் காதலியுங்கள். இறைமையை அறிந்து கொள்ளும் ஒரே வழி அதுதான். வாழ்க்கையிலும் காதலிலும் உங்களைத் தொலைத்து விடுங்கள். அப்போதுதான் நீங்கள் இறைமையைக் காண்பீர்கள். வாழ்க்கையை ஒதுக்கிவிட்டு கனமான மனதுடன் கடவுளைத் தேடிக்கொண்டிருந்தால் அவரை ஒருநாளும் கண்டுபிடிக்க மாட்டீர்கள். ஏனென்றால் அந்த மனப்பாங்கோடு கடவுளை ஒருநாளும் அடைய முடியாது. நீங்கள் சோகமாக, கனமாக இருந்தால் கடவுளைத் தேட நீங்கள் சரியான ஆள் இல்லை.

இறைமை உங்களைச் சந்திக்க விரும்பாது. இறைமைக்குச் சோகம் பிடிக்காது.

இதுநாள்வரை வாழ்க்கை புனிதர்களைத் தவிர்த்து வந்திருக்கிறது. அந்தத் தவிர்த்தல் சரிதான். அதனால் ஒருநாளும் புனிதராக மாற முயற்சி செய்யாதீர்கள். நீங்கள் பாவம் செய்பவராக இருந்தாலும் பரவாயில்லை. மகிழ்ச்சியாக இருங்கள். உண்மையான மகிழ்ச்சியில் திளைத்திருப்பவன் ஒரு நாளும் பாவம் செய்யமாட்டான். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உங்கள் மகிழ்ச்சியே உங்களை மாற்றிவிடும்.

நீங்கள் புனிதராக இருக்கலாம். ஆனால் அந்த நிலையில் நீங்கள் மகிழ்ச்சியில்லாமல் இருந்தால் மிகப்பெரிய பாவச்செயலைப் புரிகிறீர்கள். ஆமாம் சோகமாக இருப்பதுதான் இருப்பதிலேயே மிகப்பெரிய பாவம். மகிழ்ச்சியில்லாமல் இருக்கும் ஒருவன் அடுத்தவன் மகிழ்ச்சியையும் அழிக்கிறான். உங்களிடம் இருப்பதைத் தானே நீங்கள் மற்றவர்களுக்குக் கொடுக்கமுடியும்? உங்கள்

மகிழ்ச்சியின்மையைத்தான் நீங்கள் மற்றவர்களுடன் பங்கு போட்டுக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்.

இந்த முட்டாள்தனத்தை விட்டொழியுங்கள். சமய உணர்வுடன் இருக்க வேண்டுமென்றால் மதத்தை விட்டொழியுங்கள். இறைமை என்றால் என்னவென்று தெரிந்து கொள்ள வேண்டுமென்றால் அதனை மறந்துவிட்டு வாழ்க்கைக்குள் குதியுங்கள். வாழ்க்கை மட்டுமே போதுமானது. வாழ்க்கையைக் கொண்டாடுங்கள். இந்தக் கணத்திலிருந்து மகிழ்ச்சியாக இருங்கள். சரியா?

இதனால்தான் நான் இன்னும் உங்களை இங்கே வாழ அனுமதிக்கவில்லை. நீங்கள் சந்தோஷமாக ஆடிக்கொண்டும் பாடிக்கொண்டும் இருப்பதைப் பார்த்தால் உங்களை இங்கே தங்க அனுமதிப்பேன். இல்லாவிட்டால் நீங்கள் இன்னும் சிறிது நேரம் வாசலில் காத்திருக்கவேண்டும். சீரியசான ஆசாமிகளைப் பார்த்தால் எனக்குப் பயம். (ஓஷோ மற்றவர்களுடன் சேர்ந்து சிரிக்கிறார்)

சீரியஸ் சிக்கந்தர்கள் நான் பாடுபட்டு உருவாக்கியதை எல்லாம் ஒரு நொடியில் அழித்துவிடுவார்கள்.

நீங்கள் இயல்பாகவே ஒரு கறார் ஆசாமி இல்லை. இந்தக் கடுமையும் சோகமும் உங்கள் பிறவிக்குணம் இல்லை. சிலர் பிறக்கும்போதே நோயாளிகளாகப் பிறப்பார்கள். சிலர் கறார் ஆசாமிகளாக. அவர்கள் தங்கள் கடுமையையும் சோகத்தையும் உதறித்தள்ளுவது மிகவும் கடினமான செயல். ஆனால் உங்களுக்கு அப்படி இல்லை. நீங்கள் இந்தக் குணங்களை எளிதாகக் களைந்துவிடலாம். ஆடைகளைக் களைவது போல் சுலபமாகக் களைந்துவிடலாம். இந்தக் கணத்திலிருந்து நீங்கள் நீங்களாகவே இருங்கள். நல்லது.

வலிப்பு நோயைப் பற்றி எதாவது சொல்ல முடியுமா? நான் பல ஆண்டுகளாக அந்த நோயால் அவதிப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறேன். நான் தூங்கும்போது எனக்கு வலிப்பு வருகிறது. இரண்டு நிமிடம்தான் நீடிக்கிறது. ஆனால் அந்த வலிப்பு நிற்கும்போது நான் என்னுள் ஒரு வித்தியாசமான வெறுமையை உணர்கிறேன்.

கவலைப்படாதீர்கள். அது காலப்போக்கில் மறைந்துவிடும். அதில் எந்தத் தவறும் இல்லை. அதையே ஒரு தியானமாக மாற்ற முயற்சி செய்யுங்கள்.

தினமும் இரவில் படுக்கச் செல்லும் முன் மூன்று முறை இதை உங்களுக்கு நீங்களே சொல்லிக்கொள்ளுங்கள். "எது நடந்தாலும் அது எனக்குப் பரிபூர்ண அமைதியையும் பரவசத்தையும் கொடுக்கப் போகிறது" அது போதும்.

அடுத்த முறை வலிப்பு வரும்போது அதனுள் தியானம் கலந்திருக்கும். அதனால் உங்களிடம் ஒரு மாற்றம் ஏற்படும். நோயின் காரணமாக ஏற்படும் வலிப்பும் பரவச நிலையில் ஏற்படும் வலிப்பும் ஒரே மாதிரியானது. இரண்டிற்கும் வெளியே தெரியும் அடையாளம் ஒன்றுதான். தன்மையில்தான் வித்தியாசம்.

ராமகிருஷ்ண பரமஹம்சருக்கு வலிப்பு நோய் இருந்தது. அவரைச் சோதித்த மருத்துவர்கள் அவருக்கு வலிப்பு நோய் இருப்பதாகவும் கூடிய சீக்கிரத்தில் அவருக்குப் பைத்தியம் பிடித்துவிடும் என்றும் சொன்னார்கள். அவர் மட்டும் அமெரிக்காவில் இருந்திருந்தால் அவருக்கு மின்சாரம் மூலம் அதிர்ச்சி கொடுத்துப் பைத்தியக்கார ஆஸ்பத்திரியில் அடைத்துப் போட்டிருப்பார்கள். உங்களுக்காகவாவது இரண்டு நிமிடங்கள்தான் இந்த நோய் வருகிறது. அவருக்கு ஆறுமணி நேரம் வரைகூட வலிப்பு தொடர்ந்து இருக்கும். ஒரு முறை அவர் 18 மணி நேரம் உணர் வில்லாமல் இருந்தார்.

பரவச நிலையின் அறிகுறிகளும் வலிப்பு நோயின் அறிகுறிகளும் ஏறக்குறைய ஒன்றுதான் என்று இந்தியாவில் இருப்பவர்கள் அறிவார்கள். பரவச நிலையில் இருப்பவர்களுக்குத் தங்கள் உடலைப் பற்றிய உணர்வுகள் இருக்காது. அவருடைய மனதின் அடி ஆழத்தில் உணர்வுநிலை இருக்கும். அங்கே அவர் அமைதியாக இருப்பார்.

அடுத்த முறை உங்களுக்கு வலிப்பு நோய் வரும்போது உங்களுக்குப் பேருவகையும் பரவசமும் ஏற்பட வாய்ப்பு இருக்கிறது. அந்த இரண்டு நிமிடம் உங்களைப் பற்றிய மகத்தான உள்ளுணர்வை உங்களுக்குக் கொடுக்கும்..

ஆனால் நீங்கள் தினமும் நான் சொல்வதுபோல் சொல்ல வேண்டும். "எது நடந்தாலும் அது எனக்கு பரிபூர்ண அமைதியையும் பரவசத்தையும் கொடுக்கப் போகிறது". ஒவ்வொரு முறையும் அதே வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்துங்கள். வார்த்தைகளை மாற்றாதீர்கள். அப்படி மாற்றினால் உங்கள் மனம் குழம்பிப் போய்விடும்.

அடுத்த முறை அது நிகழ்ந்தால் அது உங்களுக்கு ஓர் அழகான அனுபவமாக இருக்கும். இனிமேல் அந்த வலிப்பு உங்களுக்கு ஒரு நோயாக, ஒரு பிரச்சினையாக இருக்காது.

நான் மேலை நாட்டில் ஒரு தியான மையத்தில் வேலை பார்க்கிறேன். அங்கே எனக்கு வேலையிலும் பிரச்சினை. தியானம் செய்வதிலும் பிரச்சினை. எனக்கு உதவி செய்ய ஆட்கள் இருக்கிறார்கள். என்றாலும் நான் அதிமாக வேலை பார்க்கிறேன்.

அதிகமாக வேலை பார்ப்பதால் எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை. வேலை ஒரு பிரச்சினை இல்லை. அதிக வேலை என்று ஒன்றும் இல்லை.

நாம் எப்போதும் நம் சக்தியின் அளவிற்கு வேலை பார்ப்பதில்லை. நம்முடைய பணியில் நமது முழு ஆற்றலையும் பயன்படுத்துவதில்லை. மிகவும் கடுமையாக உழைப்பவர்கள் கூடத் தங்கள் ஆற்றலில் 15 சதவிகிதத்தைத்தான் பயன்படுத்துகின்றனர் என்று புள்ளிவிவரங்கள் சொல்கின்றன.

நீங்கள் ஏழு அல்லது எட்டு சதவிகிதம்தான் உங்கள் ஆற்றலைப் பயன்படுத்துகிறீர்கள் என்று நினைக்கிறேன்.

நீங்கள் அதிகம் வேலை செய்யச் செய்ய இன்னும் அதிகம் வேலை செய்யும் ஆற்றல் உங்களுக்குக் கிடைக்கிறது. நீங்கள் வேலையைக் குறைக்கக் குறைக்க உங்கள் வேலை செய்யும் ஆற்றல் இன்னும் குறைந்து கொண்டே போகிறது. வாழ்க்கைக்கு என்று ஒரு விநோதமான நியாயம் இருக்கிறது.

அதைத்தான் ஏசுநாதர் சொல்கிறார். "உங்களிடம் நிறைய இருந்தால் இன்னும் அதிகமாக உங்களிடம் கொடுக்கப்படும்.

உங்களிடம் இல்லையென்றால் இருக்கும் கொஞ்ச நஞ்சமும் உங்களிடமிருந்து எடுத்துக் கொள்ளப்படும்.

நீங்கள் கடுமையாக வேலை பார்த்தால் உங்களுக்கு மேலும் சக்தி கிடைக்கும். நீங்கள் சரியாக வேலை பார்க்கவில்லையென்றால் நீங்கள் வேலையே பார்க்காமல் உங்கள் பொறுப்புகளைத் தட்டிக்கழித்தால் உங்களிடம் இருக்கும் கொஞ்ச நஞ்ச ஆற்றலும் மறைந்துவிடும். அதனால் நீங்கள் எதைச் செய்தாலும் உங்கள் ஒட்டுமொத்த ஆற்றலையும் பயன்படுத்துங்கள். அந்த வேலையில் உங்கள் அதிகபட்சத் திறமையை வெளிப்படுத்துங்கள். விரைவிலேயே பல கதவுகள் திறப்பதை உணர்வீர்கள். உங்கள் சக்தி மேலும் மேலும் பெருகும்.

உங்களால் எட்டக்கூடிய அளவைத்தாண்டி இன்னும் மேலே போக முயற்சி செய்யுங்கள். அப்போதுதான் உங்களால் வளர முடியும். உங்களால் எவ்வளவு முடியுமோ அவ்வளவு மட்டும் செய்தால் நீங்கள் அதே நிலையில்தான் மீண்டும் மீண்டும் விழுவீர்கள். வளர மாட்டீர்கள். முடியாததை முயற்சி செய்து பாருங்கள். அது உங்களால் செய்ய முடியும் என்ற நிலை வரும்.

முடிந்ததைக் கூட நீங்கள் சரியாகச் செய்யவில்லையென்றால் ஒரு காலகட்டத்தில் அதுவும் உங்களுக்கு முடியாததாகிவிடும்.

வேலை செய்வதற்கு என்று உங்கள் வாழ்க்கையில் ஒரு காலகட்டம் இருக்கிறது. அந்தக் காலகட்டத்தில் நீங்கள் கடுமையாக வேலை பார்த்திருந்தால் மீதமுள்ள வாழ்நாள் முழுவதும் உங்களிடம் அந்த உழைப்பின் ஜொலிப்பு இருக்கும். அந்த நேரத்தைத் தவறவிட்டால் அந்த ஜொலிப்பையும் தவறவிட்டுவிடுவீர்கள்.

'ஐயோ உழைக்கக் கிடைத்த வாய்ப்பைத் தவறவிட்டுவிட்டோமே என்று வாழ்நாள் முழுவதும் வருத்தப்படுவீர்கள்.

இளவயதில் கடுமையாக உழைத்தவர்களுக்கு வயதானபின் ஓர் அதீத சக்தி உண்டாகிறது. அவர்களுக்குள்ளே ஒரு விளக்கு வைத்தாற்போல் ஒரு ஜொலிப்பு உண்டாகிறது. வயதானபின் அவர்கள் வேலை செய்யமாட்டார்கள். என்றாலும் அவர்களிடம் உழைப்பின் ஜொலிப்பு இருக்கும். அவர்கள் உழைத்துச் சம்பாதித்த

ஓய்வை நன்றாக அனுபவிப்பார்கள். ஓய்வையும் நாம் சம்பாதிக்க வேண்டும். கடுமையான உழைப்பின் மூலமாக.

அதனால் இப்போது உங்களால் என்ன செய்யமுடியுமோ அதை முழுமூச்சுடன் செய்யுங்கள். ஏனென்றால் இப்போது உங்களிடம் சக்தியும் ஆற்றலும் இருக்கிறது. என்ன நான் சொல்வது சரிதானே?

தினமும் வேலையும் செய்து தியானமும் செய்வது கஷ்டமாக இருக்கிறது. அதிகம் வேலை செய்வது கஷ்டமாக இல்லை. தியானம் செய்வதுதான் கஷ்டமாக இருக்கிறது.

உங்களுக்கு அந்தச் செயல்பாட்டின் தன்மை புரியவில்லை. நாம் தொடர்ந்து மாறிக்கொண்டேயிருக்க வேண்டும்.

நமது மூளையில் பல பாகங்கள் இருக்கின்றன. உதாரணமாக நீங்கள் ஏதாவது கணக்குப் போட்டுக் கொண்டிருந்தால் மூளையின் சில பாகங்கள் வேலை செய்யும். மற்ற பாகங்கள் ஓய்வு எடுத்துக் கொள்ளும்.

அதன்பின் நீங்கள் கவிதைகள் படிப்பீர்கள். கணக்குப் போட்டுக் கொண்டிருந்த மூளையின் பாகங்கள் இப்போது ஓய்வு எடுத்துக் கொள்ளும். வேறு சில பாகங்கள் வேலை செய்யத் தொடங்கும்.

அதனால்தான் நாம் பள்ளிகளிலும் பல்கலைக்கழகங்களிலும் பாட நேரத்தை மாற்றிக்கொண்டேயிருக்கிறோம். ஒவ்வொரு நாற்பது அல்லது நாற்பத்து ஐந்து நிமிடங்களுக்குப் பாட நேரம் மாறுகிறது. ஏனென்றால் மூளையின் ஒவ்வொரு பாகமும் அந்த நேரம் வரைதான் அலுப்பில்லாமல் வேலை பார்க்கமுடியும். அதன்பின் அந்த பாகங்கள் களைத்துவிடுகின்றன. வேலையின் தன்மையை மாற்றுவதுதான் சிறந்த ஓய்வு. அதனால் அடுத்த பாடநேரத்தில் மூளையின் வேறு பாகங்களுக்கு வேலை கொடுக்கிறோம்.

செய்யும் வேலையில் தொடர்ந்து வரும் மாற்றங்கள் உங்களை வளப்படுத்தும். அது உங்களுக்கு மிகவும் நல்லது.

உங்கள் பிரச்சினை எனக்குப் புரிகிறது. நீங்கள் ஒரு செயலைச் செய்கிறீர்கள். உங்கள் மனம் அதையே பிடித்துத் தொங்கிக்கொண்டிருக்கிறது. நீங்கள் வெறிபிடித்தவர்போல் அதையே தொடர்ந்து செய்துகொண்டிருக்க வேண்டும் என்று நினைக்கிறீர்கள். அதை மாற்றி வேறொன்று செய்வதை உங்கள் மனம் ஏற்க மறுக்கிறது.

இது நல்லதல்ல. இப்படி ஒரே வேலையில் வெறித்தனமாக மூழ்கக்கூடாது. அந்த வேலையைச் செய்யும்போது நன்றாக ஆழ்ந்து வேலை பார்க்க வேண்டும். என்றாலும் நீங்கள்தான் அந்த வேலைக்கு எஜமானனாக இருக்க வேண்டும். அந்த வேலைக்கு அடிமையாகிவிடக்கூடாது. அடிமைத்தனம் நல்லதல்ல. தியானத்திற்கும் இறைமைக்கும் அடிமையாக இருப்பதுகூடச் சரியல்ல.

உங்களால் செய்து கொண்டிருக்கும் வேலையை நிறுத்த முடியவில்லையென்றால், இல்லை அரைமனதுடன்தான் அந்த வேலையை நிறுத்த முடியுமென்றால் உங்களால் மனத்தை மாற்றிக்கொள்ளமுடியவில்லை என்று பொருள். இது ஆபத்தானது.

உதாரணமாக நீங்கள் தியானம் செய்து கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று வைத்துக் கொள்வோம். தியானம் செய்து முடித்துவிட்டு வேறு ஏதோ செய்யவேண்டும் என்று நினைக்கிறீர்கள்.

தியானம் முடிந்தவுடன் அமைதியாக அமர்ந்து ஓர் ஐந்து நிமிடங்களுக்கு உங்கள் மூச்சை ஆழமாக வெளியே விடுங்கள். அதன்பின் உங்கள் உடல் மூச்சை உள்வாங்கட்டும். நீங்கள் மூச்சை உள்ளே இழுக்காதீர்கள். பின் நீங்கள் மூச்சை ஆழமாக தீர்க்கமாக வெளியே விடுங்கள். உங்கள் மனதில் உடம்பில் இருப்பதை எல்லாம் வெளியே தூக்கி எறிவதாகக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். ஐந்து நிமிடங்கள் இந்தப் பயிற்சியை மேற்கொள்ளுங்கள். அதன்பின் அடுத்த வேலையைத் தொடங்குங்கள். நீங்கள் மாறிவிட்டதாக உணர்வீர்கள்.

நீங்கள் காரோட்டுவதைக் கவனித்திருக்கிறீர்களா? காரைக் கிளப்பும் போது கியர் சமன்நிலையில் - நியூட்ரலில் - இருக்க

வேண்டும். முதல் கியரைப் போட்டுக் காரைக் கிளப்ப வேண்டும். கொஞ்சம் வேகம் போனவுடன் இரண்டாவது கியருக்கு மாற வேண்டும். இன்னும் வேகம் அதிகரிக்கும்போது மூன்றாவது நான்காவது என்று கியரை மாற்ற வேண்டும். அதே போல் வேகம் குறையும்போது நான்காவது கியரிலிருந்து மூன்றாவது, மூன்றில் இருந்து இரண்டு என்று கியரை மாற்ற வேண்டும்.

கியரை மாற்றும்போது - உதாரணமாக மூன்றிலிருந்து நான்கிற்குப் போகும்போது - ஒரு நொடிப் பொழுதாவது சமநிலையில் - நியூட்ரலில் வந்துவிட்டுத்தான் அடுத்த கியருக்குப் போக வேண்டும்.

அதேபோல் நீங்கள் ஒரு வேலையில் இருந்து இன்னொரு வேலைக்கு மாறும்போது ஐந்து நிமிடம் இதுபோல் நியூட்ரல் கியரில் இருப்பது நல்லது. இந்த ஐந்து நிமிடம் நீங்கள் எதுவும் வேலை பார்க்கவில்லை. மூச்சை இழுத்து வெளியே விட்டுக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அவ்வளவுதான்.

இந்த ஐந்து நிமிடம் இடைவேளையும் போகப் போகக் குறைய ஆரம்பிக்கும். ஒரு மாதத்திற்குப் பின் நான்கு நிமிடம் ஆகும். இரண்டு மாதங்களுக்குப் பின் மூன்று நிமிடம் என்று படிப்படியாகக் குறைந்து கொண்டேபோகும்.

அதன்பின் ஒரு கட்டத்தில் ஒரு வேலையிலிருந்து இன்னொரு வேலைக்கு மாறும்போது ஒரு முறை மூச்சை வெளியில் விட்டாலும் போதும் என்ற நிலை வரும். ஒரு வாக்கியம் முடிந்தவுடன் வைக்கப்படும் முற்றுப்புள்ளியாக அந்த மூச்சு இருக்கும்.

இந்த வழியை முயற்சி செய்து பாருங்கள். அடுத்த முறை நீங்கள் இங்கே வரும்போது எல்லாம் சரியாக இருக்கும்.

○

நான்காம் நாள்

எல்லாம் நிறைவாக...

மற்றவர்கள் அறைக்குள் நுழையும்போது ஓஷோவிற்கு முன் ஒரு பெண் அமர்ந்திருக்கிறார். அறைக்குள் வந்தவர்களை முகம் மலர வரவேற்ற ஓஷோ அந்தப் பெண்ணிடம் தொடர்ந்து அவளுடைய பிரச்சினைகளைப் பற்றிப் பேசுகிறார். எல்லாமே அவளுடைய காதல் உறவுகள் சம்பந்தப்பட்ட பிரச்சினைகள்.

முதலில் நாம் சில விஷயங்களைத் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். எந்த உறவிலும் நிரந்தரமான பாதுகாப்பு கிடையாது. உறவுகளின் தன்மையே அதுதான். அவற்றில் பாதுகாப்போ நிரந்தரத்தன்மையோ இல்லை. இருக்கவும் முடியாது. ஓர் உறவு மிகவும் பாதுகாப்பாக இருந்ததென்றால் அதில் எந்தக் கவர்ச்சியும் இருக்காது.

அதனால்தான் இது மனதின் பிரச்சினையாகிறது. ஓர் உறவை நீங்கள் நன்றாக அனுபவித்து மகிழ வேண்டுமென்றால் அது பாதுகாப்பற்றதாக இருக்க வேண்டும். அதனை மிகவும் பாதுகாப்பானதாக மாற்றிவிட்டால் அது என்றும் நிரந்தரமாக இருக்கும் என்ற உறுதித்தன்மையைக் கொடுத்துவிட்டால் அதன்பின் அந்த உறவை நீங்கள் மகிழ்ச்சியோடு அனுபவிக்க முடியாது. அது தன் கவர்ச்சியை இழந்துவிடும்.

நம் மனம் எப்போதுமே ஒன்றில் திருப்தியடையாது. மரத்திலிருந்து மரம் தாவும் குரங்கைப் போல் எப்போதும் அங்கும் இங்கும் தாவிக்கொண்டேயிருக்கும். அதனாலேயே மனம் எப்போதும் ஒரு முரண்பாட்டிலேயே இருக்கும். ஒரு குழப்பநிலையிலேயே இருக்கும். அதனாலேயே மனம் ஓர் உறுதியான நிரந்தரமான பாதுகாப்பான அதே சமயம் கவர்ச்சியான உறவைத் தேடுகிறது. ஆனால் அது

நடக்காத காரியம். ஏனென்றால் உயிர்ப்புடன் உள்ள ஓர் உறவில் அடுத்து என்ன நடக்கப்போகிறது என்று யாராலும் சொல்ல முடியாது. உயிர்ப்புடன் இருக்கும் எதையும் எளிதில் கணித்துவிட முடியாது. அடுத்த கணம் என்ன நடக்கப் போகிறது என்று யாராலும் ஜோஸ்யம் சொல்ல முடியாது. அடுத்து நடக்கப்போவது என்னவென்று தெரியாத ஒரே காரணத்தினால்தான் இந்தக் கணம் முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. இந்த நொடி அதீத அழுத்தத்துடன் இருக்கிறது.

அதனால் இந்தக் கணத்தில் எவ்வளவு முழுமையாக வாழ்ந்துவிட முடியுமோ அவ்வளவு முழுமையாக வாழ்ந்துவிடுங்கள். ஏனென்றால் அடுத்த கணம் என்பது வராமலேயே போய்விடலாம். யார் கண்டது அடுத்த கணத்தில் நீங்கள் இல்லாமல் போய்விடலாம் இல்லை உங்கள் காதலர் இல்லாமல் போய்விடலாம். இல்லை நீங்கள் இரண்டு பேரும் இருக்கலாம். ஆனால் உங்களிடையே உள்ள உறவு இல்லாமல் போய்விடலாம். எல்லா சாத்தியக்கூறுகளும் இருக்கின்றன. எதிர்காலம் எப்போதும் திறந்த கதவுகளுடன் காத்துக் கொண்டிருக்கிறது. கடந்தகாலத்தின் கதவுகள் எப்போதும் மூடியே இருக்கின்றன. எதிர்காலத்தின் கதவுகள் எப்போதும் திறந்தேயிருக்கின்றன.

இந்த இரண்டிற்கும் நடுவில்தான் நிகழ்காலம் இருக்கிறது. இந்த இரண்டு காலங்களுக்கும் இடையே நிகழ்காலத்தின் ஒரு கணம் துடித்துக்கொண்டு இருக்கிறது. நடுங்கிக்கொண்டு இருக்கிறது.

இதுதான் வாழ்க்கை. நடுக்கமும் துடிப்பும் வாழ்க்கையின் ஒரு பகுதி. தயக்கம், தெளிவில்லாத தன்மை எல்லாமே ஒரு மேக மூட்டத்துடன் காணப்படுவது இவைதான் வாழ்க்கையின் அடை யாளங்கள். கடந்தகாலத்தின் கதவுகள் நிரந்தரமாக மூடப்பட்டுவிட்டன. நடக்க வேண்டியதெல்லாம் நடந்து முடிந்துவிட்டது. எதையுமே மாற்றமுடியாது. அதனால் எல்லாக் கதவுகளும் மூடிக்கொண்டுவிட்டன. கடந்தகாலத்தில் நாம் செய்ய வேண்டியது எதுவும் இல்லை.

எதிர்காலம் பிறந்த திறந்த வெளியாக இருக்கிறது. அதை நம்மால் கணிக்க முடியாது. என்ன நடக்கப்போகிறது என்று ஜோஸ்யம் சொல்ல முடியாது.

இந்த இரண்டிற்கும் நடுவில்தான் நிகழ்காலம் இருக்கிறது. - அதன் ஒரு கால் கடந்தகாலத்திலும் மற்றொன்று எதிர்காலத்திலும் இருக்கிறது. அதனால்தான் மனம் ஒரு பிளவுபட்ட நிலையில் அங்கு பாதியும் இங்கு பாதியுமாக இருக்கிறது. அது நிரந்தரமாக சிதைவு நிலையில்தான் இருக்கிறது.

இப்படித்தான் எல்லாமே இருக்கும். இதனை மாற்ற நாம் ஒன்றும் செய்யமுடியாது. உங்களுக்கு மிகவும் பாதுகாப்பான நிரந்தரமான பாதிப்பு இல்லாத உறவு வேண்டுமென்றால் நீங்கள் ஒரு பிணத்தைத்தான் காதலிக்க வேண்டும். ஆனால் அதில் உங்களுக்குச் சத்தியமாக மகிழ்ச்சி கிடைக்காது.

ஒரு காதலன் கணவனாகும்போது ஒரு மரணம் சம்பவிக்கிறது. கணவன் என்பவன் செத்த காதலன். அதே போல் மனைவி என்பவள் செத்த காதலி. கடந்த காலம்தான் அந்த வாழ்க்கையை வியாபிக்கிறது. எதிர்காலத்தைக் கடந்தகாலம்தான் நிர்ணயம் செய்கிறது.

நீங்கள் ஒரு மனைவியாக இருந்தால் உங்களுக்கு எதிர்காலம் இல்லை. கடந்தகாலம்தான் மீண்டும் மீண்டும் உங்கள்முன் வரும். உங்களுக்கான எல்லா வழிகளும் அடைக்கப்பட்டுவிட்டன. அதே போல் நீங்கள் ஒரு கணவராக இருந்தால் உங்களுக்கும் எதிர்காலம் இல்லை. நீங்கள் கடந்தகாலம் என்னும் சிறையில் இருக்கிறீர்கள்.

நீங்கள் எப்போதும் உறவுகளில் பாதுகாப்பைத் தேடிக்கொண்டிருக் கிறீர்கள். ஆனால் அது கிடைத்தவுடன் அந்த உறவு உங்களுக்குச் சலித்து விடுகிறது. திருமணமானவர்களின் முகங்களைப் பாருங்கள். அவர்கள் அத்தனை நாள் தேடிய பாதுகாப்பு அவர்களுக்குக் கிடைத்துவிட்டது. ஆனால் இப்போது அவர்கள் உறவு எல்லாம் வங்கியில் இருக்கும் பணத்தைப் பொறுத்தேயிருக்கிறது. சட்டம், நீதிமன்றம், காவல்துறை - இவை எல்லாம் அந்தத் திருமண உறவுக்குப் பாதுகாப்பு கொடுக்கும் பணியில் இருக்கின்றன. ஆனால் இப்போது அந்த உறவில் கவர்ச்சி இல்லை. அதில் கவிதை இல்லை. அதில் காதல் இல்லை. அவர்கள் இறந்தவர்கள். தங்கள் கடந்தகாலத்தைத் திரும்பவும் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். அவர்கள் தங்கள் நினைவுகளில் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.

தம்பதிகளுக்கிடையே நடக்கும் உரையாடல்களைக் கூர்ந்து கவனியுங்கள். தன் கணவன் முன்போல் தன்மேல் அன்பு காட்டுவதில்லை என்று புகார் கூறிக்கொண்டேயிருக்கிறாள். அவர்கள் தொடர்ந்து தங்கள் கடந்தகாலத்தைப் பற்றியே பேசிக்கொண்டிருக் கிறார்கள். அவர்களுடைய தேனிலவைப் பற்றிப் பேசுகிறார்கள். என்ன முட்டாள்தனம்! நீங்கள் இன்னும் உயிருடன்தானே இருக்கிறீர்கள்? இந்தக் கணமே உங்களின் தேனிலவாக இருக்கலாமே! அது உங்கள் கையில்தானே இருக்கிறது.

இந்தக் கணத்தில் நன்றாக வாழ்வதைவிட்டுவிட்டு ஏன் பழைய குப்பையைக் கிளறிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதுதான் எனக்குப் புரியவில்லை.

பாதுகாப்பு என்றும் திருப்தியை அளிக்காது. உறவில் பாதுகாப்பில்லாதபோது ஒரு பயம் இருக்கும். இந்த உறவு எந்த நேரத்திலும் முடிந்துவிடலாம் என்ற பயம் இருக்கும். அந்த பயம் வாழ்வின் அடையாளம். வாழ்க்கையின் ஒரு பகுதி. நீங்கள் எதை வேண்டுமானாலும் இழக்கலாம். எதுவும் நிச்சயம் இல்லை. அதனால்தான் ஒவ்வொன்றும் அவ்வளவு அழகாக இருக்கிறது. அதனால்தான் நீங்கள் எந்தக் கணத்திலும் உங்கள் வாழ்தலைத் தள்ளிப் போடக்கூடாது என்று அடிக்கடி சொல்கிறேன். யாரையாவது நேசிக்க வேண்டும் என்று நீங்கள் விரும்பினால் இப்போதே அதைச் செய்யுங்கள்.

உடனே நேசிக்கத் தொடங்குங்கள் ஏனென்றால் அடுத்த விநாடி என்ன நடக்கும் என்பதை யாராலும் சொல்லமுடியாது. அடுத்த நொடியில் அவர்மேல் நேசம் வைப்பதற்கான வாய்ப்பே கிடைக்காமல் போய்விடலாம். அதன்பின் அதற்காக உங்கள் வாழ்நாள் முழுவதும் கவலைப்பட்டுக்கொண்டிருப்பீர்கள். ஐயோ அவரை அப்போதே நேசித்திருக்கலாமே, அப்போதே நம் வாழ்க்கையை முழுமையாக வாழ்ந்திருக்கலாமே என்று கவலைப் பட்டுக்கொண்டிருப்பீர்கள். அதன்பின் உங்களைக் குற்ற உணர்வு அழுத்தத் தொடங்குகிறது. நீங்கள் தற்கொலை செய்துகொண்டதைப் போல் குற்ற உணர்வு உங்களைப் பலமாக அழுத்துகிறது.

வாழ்க்கை அநித்தியமானது. அதை யாராலும் நித்தியமாக்க முடியாது. அதனை நிரந்தரமாக்க வழிகளும் இல்லை. நல்ல

வேளை யாராலும் வாழ்க்கையை நித்தியமாக்கமுடியாது என்று இயற்கை விதித்திருக்கிறது. இல்லாவிட்டால் வாழ்க்கையில் உயிர்ப்பு இருக்காது. வாழ்க்கை மென்மையானது, கண்ணாடியைப் போல் எளிதில் உடைந்து போகும் தன்மை உடையது. எந்த நேரத்திலும் தெரியாத இடத்தை நோக்கி வேகமாக நகரும் தன்மை உடையது. அதுதான் வாழ்க்கையின் அழகு. வாழ்க்கையை எதிர்கொள்ளத் துணிச்சல் வேண்டும். வாழ்க்கையை முழுமையாக வாழ ஒரு தீரனாக நீங்கள் இருக்க வேண்டும். வாழ்க்கையோடு ஒட்டி உறவாட நீங்கள் ஒரு சூதாடியாக இருக்க வேண்டும்.

இந்த நொடியை முழுமையாக வாழுங்கள். அடுத்த நொடி வரும்போது அதைப்பற்றி யோசிக்கலாம். எப்படியும் அடுத்த நொடியை எதிர்கொள்ள நீங்கள் இருக்கப்போகிறீர்களே! கடந்தகாலத்தில் நீங்கள் வாழ்க்கையை எதிர்கொள்ளவில்லையா? அதே போல் வருங்காலத்தையும் எப்படியாவது சமாளித்து விடுவீர்கள். சொல்லப் போனால் உங்கள் சமாளிக்கும் திறம் இன்னும் அதிகமாகியிருக்கும். அப்போது உங்களுக்கு அதிகப்படியான அனுபவம் கிடைத்திருக்குமே!

இந்தக் காதலர் அடுத்த விநாடியில் உங்களுக்குக் கிடைப்பாரா என்பது கேள்வியில்லை. இந்தக் கணத்தில் அவர் உங்களுக்காக இருக்கிறாரா? அப்படி என்றால் உடனே அவரைக் காதலியுங்கள். வரப்போகும் காலத்தின் அநித்தியத்தை நினைத்துக் கொண்டு நிகழ்காலத்தில் உங்கள் கைகளில் நிச்சயமாக இருப்பதை இழந்து விடாதீர்கள். அது தற்கொலைக்குச் சமானம். வருங்காலத்தைப் பற்றி ஓர் எண்ணம்கூட உங்கள் மனதில் இருக்க வேண்டாம். உங்கள் எண்ணங்களால் உங்கள் வருங்காலத்தைச் சத்தியமாக மாற்ற முடியாது. வெட்டியாக உங்கள் சக்தியை விரயம் செய்யா தீர்கள்.

இந்த மனிதனைக் காதலியுங்கள். இவனிடம் காதலைப் பெறுங்கள். நான் புரிந்து கொண்டது இதுதான். நீங்கள் இந்தக் கணத்தை முழுமையாக இவனுடன் சேர்ந்து அனுபவித்துவிட்டால் அடுத்த கணத்தில் இவன் உங்களுக்குக் கிடைக்க நிறைய வாய்ப்பு இருக்கிறது. வாய்ப்பு இருக்கிறது என்றுதான் சொன்னேன். நிச்சயமாக இவன் இருப்பான் என்று நான் உறுதியளிக்கவில்லை.

ஆனால் வாய்ப்பு நிச்சயம் அதிகமாக இருக்கிறது. ஏனென்றால் அடுத்த கணம் இந்தக் கணத்திலிருந்துதான் தோன்றப்போகிறது.

நீங்கள் அந்த மனிதரை உண்மையாகவே காதலித்திருந்தால் அந்தக் காதலில் அந்த மனிதன் பரவசம் அடைந்திருந்தால். உங்கள் காதல் அவனுக்கு அழகான அனுபவமாக இருந்தால் அவன் ஏன் உங்களைவிட்டுப் போகப் போகிறான்?

இன்னும் சொல்லப்போனால் அவன் உங்களை விட்டுப் போய்விடுவானோ என்று தொடர்ந்து கவலைப்பட்டுக்கொண்டேயிருந்தால் அதன்மூலம் அவனை நீங்களே உங்களிடமிருந்து துரத்திவிடுவீர்கள். அப்புறம் இந்தக் கணத்தை நீங்கள் வீணாக்கிவிடுவீர்கள். வீணாக்கிய இந்தக் கணத்திலிருந்து தோன்றும் அடுத்த கணமும் வீணாகத்தான் போகும். இது இயற்கையின் நியதி.

இது போலத்தான் நீங்கள் பயந்ததெல்லாம் ஒரு வகையில் நடந்துவிடுகிறது. வருங்காலத்தைக் குறித்த உங்கள் பயங்களை நீங்களே ஒரு வகையில் உங்கள் செயல்களினால் உண்மையாக்கிவிடுவீர்கள்.

உங்களுடைய அர்த்தமற்ற பயத்தினால் உங்கள் காதலன் உங்களை விட்டுச் சென்றால் என்ன சொல்வீர்கள்? "இந்த உறவு அதிக நாள் நீடிக்காது என்று எனக்கு முதலில் இருந்தே தெரியும். நான் நினைத்தது இப்போது சரியாகிவிட்டது."

இப்படி நினைக்கும்போது உங்களுக்கு ஒரு வகையில் சுகமாக இருக்கும். நீங்கள் உண்மையிலேயே புத்திசாலி என்று நினைத்துக் கொள்வீர்கள். ஆனால் நீங்கள் உண்மையில் ஒரு முட்டாள். நீங்கள் உங்கள் வருங்காலத்தைக் கணிக்கவில்லை. நீங்களே உங்களுடைய மோசமான வருங்காலத்தை உருவாக்கினீர்கள். உங்களுக்குக் கொடுக்கப்பட்ட வாய்ப்பை வீணாக்கியதன் மூலமாக நீங்களே உங்கள் காதலின் அழிவைத் தேடிக்கொண்டீர்கள்.

அதனால்தான் சொல்கிறேன். உங்கள் காதலனை மனமாரக் காதலியுங்கள். எதிர்காலத்தைப் பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள். எதிர்காலத்தைப் பற்றி நினைக்கும் முட்டாள்தனத்தை இன்றோடு விட்டுவிடுங்கள்..

உங்களால் காதலிக்க முடிந்தால் காதலியுங்கள். உங்களால் இவரைக் காதலிக்க முடியவில்லையென்றால் வேறு யாரையாவது காதலியுங்கள். ஆனால் காலம் கடத்தாதீர்கள். இந்தக் காதலனா அந்தக் காதலனா என்பது இல்லை கேள்வி. காதலிக்க வேண்டும். காதல் வேண்டும் என்பதுதான் கேள்வி. காதல் உங்களை நிறைவாக்குகிறது. காதல் என்ற மகத்தான சக்தி வெளிப்பட மனிதர்கள் வெறும் சாக்குபோக்குகள்.

ஆனால் எல்லாமே உங்களைச் சார்ந்துதான் இருக்கிறது. நீங்கள் இந்த மனிதனுடன் என்ன செய்கிறீர்களோ அதையேதான் மற்றவர்களுடனும் செய்வீர்கள். நீங்கள் உங்கள் காதலர்களை மாற்றலாம். ஆனால் உங்கள் மனப்பாங்கு மாறாதே!

அதனால் மற்றவர்களைத் தேடுவதைவிட இவனிடமே உங்கள் காதலைக் காட்டலாமே! இவனிடம் முயற்சி செய்தால் என்ன? இவனிடம் எந்தக் குறையும் இல்லையே! இவனும் மற்ற எவரையும் போல் நன்றாகத்தானே இருக்கிறான். இவன் பக்குவமானவன். எதையும் நன்றாகப் புரிந்து கொள்வான். அழகானவன் வேறு.

அதனால் அவனைக் காதலியுங்கள். அவனைச் சந்தோஷப் படுத்துங்கள். அந்த சந்தோஷமே அவன் உங்களுடன் தொடர்ந்து இருக்கக் காரணமாகயிருக்கும். அவன் உங்களுடன் இருக்கும்போது மகிழ்ச்சியாக இருந்தால் எதற்காக உங்களை விட்டுப் போகிறான்?

அதே சமயம் அவன் உங்களுடன் இருக்கும்போது சந்தோஷமாக இல்லையென்றால் அவன் ஏன் உங்களுடன் தொடர்ந்து இருக்க வேண்டும்? அவனுக்கு நீங்கள் மகிழ்ச்சியைக் கொடுக்கவில்லை யென்றால் நானே அவன் உன்னை விட்டுப் போக உதவி செய்வேன்.

அவ்னை நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக வைத்திருந்தால் யாராலும் அவனை உங்களிடமிருந்து பிரிக்க முடியாது. அப்புறம் ஏன் அவன் பிரிந்து போக வேண்டும்? உங்களுக்காக மொத்த உலகத்துடனும் சண்டை போடத் தயங்கமாட்டான்.

அதனால் நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக இருங்கள். இருக்கும் காலத்தைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். வருங்காலத்தைப் பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள். உங்களுக்கு நிகழ்காலம் போதுமானது.

இந்தக் கணத்திலிருந்து நிகழ்காலத்தில் இந்தக் கணத்தில் வாழத் தொடங்குங்கள். அவன் உங்களைவிட்டுப் பிரிந்தால் அதுவும் ஒரு நன்மைக்கே என்று நினைத்துக் கொள்ளுங்கள். உங்களுக்காக இன்னும் சிறந்தவனை நான் கண்டுபிடித்துத் தருகிறேன். இவனை மறந்துவிடுங்கள்.

உங்களுக்குக் கிடைத்த இந்த நொடியைக் கவலைப்படுவதற்காகப் பயன்படுத்தாதீர்கள் வாழ்வதற்காகப் பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். வாழ்க்கையில் சின்னச் சின்ன விஷயங்கள் கூட அழகாக இருக்கின்றன. கொஞ்சம் அக்கறை கொஞ்சம் அன்பு கொஞ்சம் பகிர்ந்தளித்தல் - இவை சேர்ந்ததுதான் வாழ்க்கை.

அடுத்த ஒரு மாதத்திற்கு இதுதான் உங்கள் தியானமாக இருக்கப் போகிறது. இந்தக் கணத்தில் நீங்கள் வாழப் பழகிக்கொள்ள வேண்டும். மீண்டும் மீண்டும் இந்த நிகழ்கால கணத்திற்குத் திரும்பிவர வேண்டும். வருங்காலத்திற்கோ கடந்தகாலத்திற்கோ உங்கள் மனம் தப்பி ஓடினால் அதைப் பிடித்து நிகழ்காலத்திற்குக் கொண்டு வாருங்கள். ஒரு மாதத்திற்கு எந்தப் பாதுகாவலையும் தேடாமல் கவலையில்லாமல் வாழுங்கள். எல்லாம் சரியாகிவிடும்.

எல்லாம் எப்போதும் சரியாகத்தான் இருக்கும்.

எனக்கு அவ்வளவாக நெருக்கமில்லாதவர்களுடன் உரையாடுவது எளிதாக இருக்கிறது. ஆனால் எனக்கு மிகவும் நெருக்கமானவர்களிடம் என்ன பேசுவது என்றே தெரியவில்லை. அது எனக்கு என்னமோபோல் இருக்கிறது. என் வாழ்க்கையில் எதையோ இழந்துவிட்டதைப் போல் உணர்கிறேன்.

இல்லை. நீங்கள் எதையும் இழக்கவில்லை. நீங்கள் இப்போதுதான் வளரத் தொடங்குகிறீர்கள். முதன் முறையாக மக்களுடன் நெருங்கிப் பழகத் தொடங்கியிருக்கிறீர்கள்.

இதுவரை நீங்கள் நெருக்கத்தை அனுபவித்ததில்லை. இதுவரை உங்கள் உறவுகள் எல்லாம் மேலோட்டமாக இருந்திருக்கின்றன.

நீங்கள் நெருக்கமில்லாதவர்களுடன் இருக்கும்போது ஆயிரம் விஷயங்களைப் பேசலாம். அது வெறும் சம்பிரதாயமான

உறவுதானே! நீங்கள் என்ன பேசினாலும் பாதகமில்லை. அது வெறும் பொழுதுபோக்குதானே!

ஆனால் யாருடனாவது நெருக்கமான உறவு ஏற்பட்டால் அதன்பின் நீங்கள் சொல்லும் ஒவ்வொரு வார்த்தையும் முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. அதன்பின் உங்களால் வார்த்தைகளோடு இஷ்டம்போல் விளையாட முடியாது. ஒவ்வொரு வார்த்தைக்கும் ஆழமான அர்த்தம் வந்துவிடுகிறது. அதனால் பேச்சுக்கிடையே நீண்ட இடைவெளியாக மௌனம் வந்து புகுந்துவிடும். அந்த மௌனம் உங்களைச் சங்கடப்படுத்தும் . குறிப்பாக அந்த உறவின் ஆரம்பக் கட்டங்களில் அந்த மௌனம் உங்களை மிகவும் வதைக்கும். ஏனென்றால் உங்களுக்கு இன்னும் மௌனத்துடன் சரியான பரிச்சயம் ஏற்படவில்லை.

ஏதாவது சொல்ல வேண்டும் என்று உங்கள் மனம் துடித்துக் கொண்டிருக்கும். இல்லாவிட்டால் மற்றவர்கள் உங்களைத் தவறாக நினைத்துக் கொள்வார்களோ என்ற பயம் இருக்கும். ஆனால் நெருக்கம் இன்னும் அதிகமாக அதிகமாக உங்களுக்கிடையே ஓர் அன்போ காதலோ இருந்தால் உங்களுக்குச் சொல்வதற்கு ஒன்றும் இருக்காது.

ஆமாம் சொல்ல என்ன இருக்கிறது? அன்னியர்களிடம் சொல்ல ஆயிரம் விஷயங்கள் இருக்கும். நண்பர்களிடம் சொல்ல ஒன்றுமே இருக்காது.

நீங்கள் அந்த மௌனத்திற்குப் பழக்கப்படவில்லையாதலால் அந்த மௌனம் மிகவும் கனமாக இருக்கும். உங்களுக்குத் தெரிந்ததெல்லாம் ஒரே ஒரு மாதிரியான தகவல் பரிமாற்றம்தான் . அதுவும் வாய் வார்த்தையாக நடக்கும் உரையாடல் மூலமாகத்தான். இதயத்தின்மூலம் அடுத்தவர் இதயத்தோடு எப்படித் தொடர்பு கொள்வது என்று உங்களுக்குத் தெரியாது. இதயத்தோடு இதயம் பேசும் மௌனத்தின் மொழி உங்களுக்குத் தெரியாது. அங்கே உங்களுக்கு நெருக்கமானவரின் முன்னிலையில் சும்மா அமர்ந்தபடி செய்தி பரிமாறிக்கொள்ளும் வித்தை உங்களுக்கு இன்னும் கைகூடவில்லை.

இப்போது நீங்கள் வளரத் தொடங்கியிருக்கிறீர்கள். பழைய மாதிரியான தொடர்பு முறையால் – பேசும் வார்த்தைகளின்மூலம்

நடக்கும் தொடர்பு முறையால் - உங்கள் வளர்ச்சிக்கு ஈடுகொடுக்க முடியவில்லை. மொழியைத் தாண்டி நிற்கும் தொடர்பு சாதனம் உங்களுக்குத் தேவை. ஒருவர் பக்குவம் அடைய அடைய வார்த்தைகள் இல்லாத மொழி அவருக்கு இன்னும் அதிகம் தேவைப்படுகிறது.

ஒருவரோடு ஒருவர் எப்படித் தொடர்பு கொள்வது என்று நமக்குத் தெரியாததால் நமக்கு மொழி தேவைப்படுகிறது. அது தெரிந்துவிட்டால் மொழியின் தேவை படிப்படியாகக் குறைந்துவிடும். மொழி என்பது முதல் நிலையில் இருக்கும் ஒரு தொடர்பு ஊடகம். அதைவிட வலுவான உண்மையான தொடர்பு ஊடகம் மௌனம்தான். அதனால் இந்த நேரத்தில் தவறான அணுகுமுறையைப் பின் பற்றாதீர்கள். அப்படிச் செய்தால் உங்களால் வளரவே முடியாது.

நீங்கள் எதையுமே இழக்கவில்லை. அது உங்கள் மனதில் தோன்றிவிட்ட தவறான கருத்து. புதிதாக ஒன்று உங்களுக்குள் வந்திருக்கிறது. பழைய வழிமுறைகளால் அதைத் தாங்கிக் கொள்ள முடியவில்லை.

நீங்கள் வளர வளர உங்கள் ஆடைகள் உங்களுக்குக் குட்டையாகிவிடும். நீங்கள் எதையும் இழக்கவில்லை. உங்களிடம் ஏதோ ஒன்று கூடியிருக்கிறது.

நீங்கள் இன்னும் அதிகமாகத் தியானம் செய்யச் செய்ய இன்னும் ஆழமாகக் காதலிக்கத் தொடங்குவீர்கள். காதல் அதிகமாக அதிகமாக உறவு இன்னும் பலப்படும். இறுதியில் ஒரு கட்டத்தில் உங்களால் மௌனம் என்ற மொழிமூலம் மட்டுமே தொடர்பு கொள்ள முடியும்.

அதனால் அடுத்தமுறை நீங்கள் உங்களுக்கு நெருக்கமானவர்களுடன் இருக்கும்போது அவர்களுடன் உங்கள் பேச்சின்மூலமாகத் தொடர்பு கொள்ளமுடியவில்லையென்றால் சந்தோஷப்படுங்கள். மௌனமாக இருங்கள் மௌனம் உங்கள் தொடர்பு சாதனமாக விளங்கட்டும்.

யாருடன் உங்களுக்கு நேசம் இல்லையோ அவர்களுடன் தொடர்பு கொள்வதற்கு உங்களுக்கு மொழி தேவை. யார்மேல்

நீங்கள் ஆழமான அன்பு வைத்திருக்கிறீர்களோ அவர்களுடன் தொடர்பு கொள்ள உங்களுக்கு மொழியில்லாத ஒரு மொழி தேவை. ஒரு குழந்தையைப் போல் மீண்டும் வெகுளியாக வேண்டும். மௌனமாக இருக்க வேண்டும். சைகைகள் இருக்கலாம். சிலசமயம் நீங்கள் புன்னகை சிந்துவீர்கள். அடுத்தவர் கைகளைப் பற்றிக் கொள்வீர்கள். ஆனால் சிலசமயம் இது எதுவும் செய்யாமல் மௌனமாக இருப்பீர்கள். ஒருவர் கண்களை ஒருவர் பார்த்துக் கொண்டு ஒன்றும் பேசாமல் ஒன்றும் செய்யாமல் நீண்ட நேரம் உட்கார்ந்திருப்பீர்கள். உங்களுடைய இருப்புநிலைகள் ஒன்றோடு ஒன்று சந்தித்துச் சங்கமிக்கும். என்ன நடக்கிறது என்று உங்களுக்கு மட்டும்தான் தெரியும். வேறு யாருக்கும் தெரியாது. ஏனென்றால் நடப்பதெல்லாம் உங்களுடைய இருப்பு நிலையின் அடியாழத்தில் நடக்கிறது.

அதனால் அடுத்த முறை அப்படி நிகழும்போது மகிழுங்கள். நன்றியுடன் இருங்கள். மௌனத்தைக் கொண்டாடுங்கள். அதனை ருசி பாருங்கள். விரைவிலேயே அதுவும் ஒரு சக்திவாய்ந்த மொழி என்பதை நீங்கள் உணர்வீர்கள். மௌனம் மற்ற மொழிகளை விட மகத்தானது செறிவானது செழுமையானது என்பதைத் தெரிந்து கொள்வீர்கள். அதன் மூலம் ஏற்படும் உறவும் தொடர்பும் புனிதமானது என்பதையும் உணர்வீர்கள். அதனிடம் ஒரு வித்தியாசமான தூய்மை இருக்கிறது.

இது ஒரு நல்ல அடையாளம். இதைக் கேட்க எனக்கு சந்தோஷமாக இருக்கிறது.

பத்து வருடங்களுக்கு முன்னால் நான் ஒரு கிறிஸ்தவ பாதிரியாராக இருந்தேன். என்னையும் மற்றவர்களையும் பாவம் செய்தவர்கள்போல் நினைக்க வைத்துப் பிறகு அந்த பாவங்களுக்குப் பரிகாரம் சொல்வதுதான் என் அன்றாடப் பணி. இன்னும் ஓரளவிற்கு அதைச் செய்து கொண்டுதானிருக் கிறேன். ஆனால் இப்போது என் மனதில் பயமும் சந்தேக மும் அதிகமாக இருக்கிறது. என் மனைவியுடனான உறவு அவ்வளவு எளிதாக இல்லை. வேறு எந்தப் பெண்ணுடனும் என்னால் சரியான உறவு வைத்துக் கொள்ள முடியவில்லை.

பாலியல் ரீதியாக எனக்கே என்மேல் முழு நம்பிக்கையில்லாமல் போய்விட்டது. என் மனதில் ஏராளமான ஐயங்கள் இருக்கின்றன. ஆனால் சில நேரங்களில் எதுவும் தவறில்லை என்றும் தோன்றுகிறது.

எதிலும் எந்தத் தவறும் இல்லை. ஆனால் உங்களுக்கு கிறிஸ்தவ மதத்தில் கொடுக்கப்பட்ட பயிற்சி உங்கள் மனதை விஷமாக்கிவிட்டது. அதன் தன்மை அப்படி. அந்தப் பயிற்சியில் கற்றதை நீங்கள் அடியோடு மறக்க வேண்டும். இல்லாவிட்டால் நீங்கள் உங்கள் மொத்த வாழ்க்கையையும் தொலைத்துவிடுவீர்கள்.

உங்களை நீங்களே வெறுக்கத் தொடங்கினால் - ஏன் உங்களில் ஒரு பகுதியை நீங்கள் வெறுக்கத் தொடங்கினாலும் போதும் - அதன்பின் உங்களால் நிம்மதியாக இருக்க முடியாது. உங்களுக்குள் பிளவுகள் ஏற்படும் முரண்பாடுகள் தோன்றும்.

கிறிஸ்தவ மதம் மக்களுக்குப் பெரிய தீமையைச் செய்திருக்கிறது. மக்களின் மனதில் தேவையில்லாத குற்ற உணர்வைத் திணித்திருக்கிறது. வாழ்க்கையின் எல்லா விஷயங்களைக் குறித்தும் உங்களுக்குக் குற்ற உணர்வு ஏற்பட்டிருக்கிறது. குறிப்பாக நீங்கள் எப்போதாவது சந்தோஷமாக இருந்தால் கூடவே ஏதோ தப்பு செய்கிறோமோ என்ற குற்ற உணர்வும் தோன்றும். எல்லா மகிழ்ச்சியும் குற்றம்தான். எல்லாக் கொண்டாட்டமும் பாவம்தான் என்ற உணர்வை கிறிஸ்தவ மதம் மிக அழுத்தமாக உங்களுக்குள் செலுத்தியிருக்கிறது. அதனால் நீங்கள் சோகமாக இருக்கும்போது எல்லாம் நல்லபடியாகத் தெரிகிறது. ஆனால் நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும் போது சந்தோஷமாக ஆடிக்கொண்டும் பாடிக் கொண்டும் இருக்கும்போது ஏதோ பாவம் செய்வது போல் உங்களுக்குத் தோன்றும். மகிழ்ச்சியாக இருப்பதே பாவம் என்று உங்களுக்குப் போதித்திருக்கிறார்கள்.

ஆனால் உண்மை அதற்கு நேர்மாறானது. உண்மையான சமய உணர்வு உள்ளவன் எப்போதும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறான். ஏனென்றால் மகிழ்ச்சியாக இருப்பவன்தான் கடவுளுக்கு நன்றியுணர்வுடன் இருக்க முடியும்.

உங்களுக்குக் கொடுக்கப்பட்ட உடல் மிகவும் அழகானது. அது கோயிலைப் போல் புனிதமானது. அதனைக் கவனமாகப்

பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். அதனிடம் நன்றியுடன் இருங்கள். அது உங்களுக்கு மகத்தான வாய்ப்புகளைத் தருகிறது. உங்கள் உடலின் மூலமாகத்தான் நீங்கள் வாழ்க்கை என்றால் என்ன என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். காதல் என்றால் என்ன, ஒளி என்றால் என்ன என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள உங்களுக்கு அவசியம் உடல் தேவை.

உடலின் மூலமாகத்தான் நீங்கள் பார்த்தீர்கள், தொட்டீர்கள். கேட்டீர்கள். உடலின் மூலமாகத்தான் நீங்கள் காதலித்தீர்கள். காதலிக்கப்பட்டீர்கள்.

உடலின் மூலமாகத்தான் உங்களுக்கு விழிப்புணர்வு உண்டானது. அதனால் உடலிடம் எப்போதும் நன்றியுணர்வுடன் இருங்கள். உங்கள் உடலை ஒருநாளும் பகைவனாகப் பார்க்காதீர்கள்.

ஆனால் உங்களுக்கு அப்படி ஒரு விபரீதமான பயிற்சியைக் கொடுத்திருக்கிறார்களே! அதை நீங்கள் முயற்சி செய்து விட்டொழிக்க வேண்டும். உங்களுக்குக் கொடுக்கப்பட்ட பயிற்சி உங்களை அறியாமல் உங்களுக்குள் புகுந்து உங்களை ஆட்டி வைக்கக்கூடும். உங்களால் ஒருநாளும் ஒரு பெண்ணை ஆழமாகக் காதலிக்க முடியாது.

உங்கள் மனதில் இருக்கும் அந்தக் கிறிஸ்தவன் உள்ளே நின்று கொண்டு உங்களைக் கேள்வி கேட்டான். "என்ன செய்து கொண்டிருக்கிறாய் நீ? மறுபடியும் பாவம் செய்யத் தொடங்கிவிட்டாயா? உன்னை நரகத்திற்குள் எறியப் போகிறார்கள்."

அதைக் கேட்டதும் நீங்கள் பயத்தால் சுருங்கி விடுவீர்கள். அங்கே பயம் வந்தவுடன் அன்பு மறைந்துவிடும். அன்பு மிகவும் மென்மையானது. பயமோ மிகவும் வலிமையான ஓர் உணர்வு. அதனால் , பயமும் அன்பும் ஒரே நேரத்தில் தோன்றினால் அன்பைப் பயம் அழித்துவிடும்.

அதனால் கவனமாக இருங்கள். அந்தக் கிறிஸ்தவனை உங்கள் படுக்கையறைக்குள் அனுமதிக்காதீர்கள். அவனை உள்ளே நுழையவிட்டால் அவன் எந்த நேரத்திலும் உங்களுக்கும் உங்கள் காதலிக்கும் இடையே நின்று கொண்டிருப்பான். மொத்த தேவாலயமும்

உங்கள் படுக்கையறையில் இருக்கும். உங்கள் மகிழ்ச்சியை அழித்துவிடும். அதற்கு முன் அந்தக் கிறிஸ்தவனை உங்கள் மனதிலிருந்து தூக்கியெறியுங்கள். குற்ற உணர்வு வேண்டாம். நன்றி உணர்வே நல்லது.

முடிந்த அளவிற்கு மகிழ்ச்சியை நீங்கள் கொண்டாட வேண்டும். உங்கள் மகிழ்ச்சி அதிகமாக அதிகமாக இருப்பு நிலைக்கும் உங்களுக்கும் இருக்கும் நெருக்கம் இன்னும் அதிகமாகும். இறைவனுடன் இன்னும் நெருக்கமாக இருப்பீர்கள். வாழ்க்கையில் மகிழ்ச்சி என்பதே என் பாடம். நடனமாடும் வாழ்க்கையை உங்களுக்கு நான் சொல்லித் தருகிறேன். நடனம் இல்லையென்றால் அது வாழ்க்கையே இல்லை.

அதனால் உங்களுக்குள் இருக்கும் அந்தக் கிறிஸ்தவனை முழு உணர்வோடு உதறித் தள்ளுங்கள் நீங்கள் கொஞ்சம் போராட வேண்டும். உங்கள் மனம் தவறாகப் பழக்கப்படுத்தப் பட்டிருந்தால் அதனை நீங்கள் சரி செய்ய வேண்டும். அது உங்களால் முடியும்.

அதனை உதறித்தள்ள நான் பல வருடங்களாக முயன்று கொண்டிருக்கிறேன். இப்போது என்னுள் ஓர் அழ்கான மாயக்குழந்தை இருப்பதை நான் உணர்கிறேன். அது நிகழ்காலத்தில் இருக்கவே விரும்புகிறது. எந்நேரமும் மகிழ்ச்சியில் திளைத்திருக்கிறது.

என்னால் அதைப் பார்க்க முடிகிறது. அது மெதுவாக வளர்ந்து கொண்டிருக்கிறது. அது வளர்ந்து கொண்டேயிருக்கும். அது ஒரு பிரச்சினை இல்லை. ஆனால் நீங்கள் விழிப்புணர்வுடன் இருக்க வேண்டும்.

உங்கள் கிறிஸ்தவ மதம் உங்கள் மனதிற்குள் ஆழமாக உருவேற்றப்பட்டிருக்கிறது. அது இப்போது உங்களில் ஒரு பகுதியாக மாறிவிட்டது என்பது உங்களுக்குத் தெரியாது.

அதை நீங்கள் தொடும்போது ஐஸ் கட்டியால் செய்த ஒரு படுகையைப் போல் அது உங்கள் கைகளை உங்கள் சருமத்தைச் சூழ்ந்து கொள்கிறது.

ஒரு பெண்ணை நீங்கள் ஆசையுடன் தொடும்போது அந்த ஐஸ் கட்டியின் காரணமாக உங்களுக்குள் இருக்கும் ஏதோ ஒன்று சுருங்கிப் பின்வாங்கிக் கொள்கிறது.

மொத்த உலகமும் ஓர் ஆடம்பரமான கொண்டாட்டத்தில் திளைத்திருக்கிறது. உலகத்தில் சக்தி அபரிமிதமாகப் பிரவாகம் எடுத்து ஓடிக் கொண்டிருக்கிறது. எவ்வளவு மலர்கள்! எவ்வளவு பறவைகள்! எவ்வளவு விண்மீன்கள்! எவ்வளவு அண்ட சராசரங்கள்! உலகம் ஆனந்தமயமானது பிரபஞ்சமே மகிழ்ச்சியில் நடனமாடிக் கொண்டிருக்கிறது. அந்த மகிழ்ச்சியின் பின்னால் ஒரு பிரம்மாண்டமான இசைவு இருக்கிறது. அதனுள் குதியுங்கள்.

ஒரு நட்சத்திரமாக மாறுங்கள். ஒரு மலராக மாறுங்கள். தயவு செய்து ஒரு கிறிஸ்தவனாக மட்டும் இருக்காதீர்கள். சரியா? அந்தக் குழந்தை வளரும்..

கடந்த இரண்டு நாட்களும் மிகவும் கனமானவையாக இருந்தன. இது என்னுடைய மாத விடாய்க் காலம். இந்தச் சமயங்களில் எல்லாம் நான் பைத்தியம் பிடித்தவளைப் போல் நடந்து கொள்கிறேன். நேற்று வீட்டில் நான் சில சாமான்களைப் போட்டு உடைத்தேன். என் மூர்க்கத்தனம் அதிகரிப்பதை என்னால் உணர முடிகிறது. அதே சமயத்தில் இந்த மூர்க்கத்தனத்தினால் நான் மகிழ்வது எனக்குக் குற்ற உணர்வைத் தருகிறது.

மூர்க்கத்தனமாக இருப்பது தீமையல்ல. ஆனால் அந்த மூர்க்கத்தனத்தின் வெளிப்பாடாகச் சாமான்களைப் போட்டு உடைப்பது தீது. சரியா? உங்களுக்குள் மூர்க்கத்தனத்தை உணரும்போது மூர்க்கமாக நடனம் ஆடுங்கள். ஆவேசம் வந்தவளைப் போல் ஆடுங்கள். ஆனால் எதையும் அழிக்காதீர்கள்.

நீங்கள் உடைத்தது ஒரு சிறிய பானையாக இருக்கலாம். ஒரு பானை உடைவதால் ஒன்றும் பிரச்சினை இல்லை. ஆனால் அழிக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் தீமையானது. அது உங்களுக்கு வாழ்க்கையில் ஓர் அழிவு சார்ந்த அணுகுமுறையைக் கொடுக்கும். அது ஆபத்தானது. பானை நடுவில் ஒரு சாக்கு. அவ்வளவுதான்.

உள்ளபடியே நீங்கள் இன்னும் விலைமதிப்பான பொருள்களை அழிக்க வேண்டும் என்று நினைப்பீர்கள். விலைமதிப்பேயில்லாத உறவுகளை அழிக்க வேண்டும் என்று நினைப்பீர்கள். மனிதர்களை அழிக்க வேண்டும் என்றுகூட நினைக்கலாம். ஆனால் அவையெல்லாம் அழிவதை உங்களால் தாங்கமுடியாது. அதனால் பாவம் ஒரு சிறிய பானையைப் போட்டு உடைக்கிறீர்கள். அந்தப் பானை என்ன பாவம் செய்தது? எதற்காக அதற்கு மரண தண்டனை கொடுத்தீர்கள்?

பல பெண்களுக்கு மாதவிடாய்க்காலம் ஓர் அழிவுக்காலம் என்றுதான் சொல்ல வேண்டும். அதற்கு உடல் ரீதியான காரணங்கள் இருக்கின்றன. அவற்றை நீங்கள் புரிந்து கொள்ள முயற்சி செய்ய வேண்டும். இன்னும் கொஞ்சம் விழிப்புணர்வுடன் செயல்பட்டால் நீங்கள் உங்கள் உடலைத் தாண்டி மேலே செல்லலாம். இல்லாவிட்டால் எப்போதும் உங்கள் உடலின் பிடியில்தான் இருப்பீர்கள்.

நீங்கள் கர்ப்பமடையும்போது உங்கள் மாதவிடாய் நிற்கிறது. மாதவிடாய்க்காலங்களில் வெளிப்படும் சக்தி ஒரு குழந்தையை உருவாக்கப் பயன்படுகிறது. ஆனால் நீங்கள் கர்ப்பமாகவில்லையென்றால் ஒவ்வொரு மாதமும் அந்த சக்தி சேகரிக்கப்படுகிறது. ஆக்க பூர்வமாக அது வெளிப்பட வழியில்லையென்பதால் அது அழிவு சக்தியாக வெளிப்படுகிறது. அதனால் மாதவிடாய்க்காலங்களில் ஒவ்வொரு பெண்ணிடமும் அந்த அழிக்கும் மனப்பாங்கு வந்துவிடுகிறது. ஏனென்றால் அவளுக்கு அந்த சக்தியை வைத்துக்கொண்டு என்ன செய்ய வேண்டும் என்று தெரியவில்லை. அந்த சக்தி அதிர்வுகளாக உங்கள் இருப்பு நிலையைச் சன்னமாகத் தாக்குகிறது. அதை எப்படி ஆக்கப்பூர்வமாக வெளிப்படுத்துவது என்று உங்களுக்குத் தெரியவில்லை.

எல்லா ஆக்க சக்தியும் அழிக்கும் சக்தியாக மாறலாம். அதேபோல் அழிவு சக்தி ஆக்க சக்தியாக மாறலாம். உதாரணத்திற்கு ஹிட்லரின் வாழ்க்கையைப் பாருங்கள். அவன் முதலில் ஓர் ஓவியனாக வேண்டும் என்று ஆசைப்பட்டான். ஆனால் சமுதாயம் அதை அனுமதிக்கவில்லை. கலைக் கல்லூரிக்கான நுழைவுத் தேர்வுகளில் அவன் தேர்ச்சி பெறவில்லை. ஓர் ஓவியனாக

வந்திருக்க வேண்டியவன் இந்த உலகில் பேரழிவுக்குக் காரணமாக இருந்த ஒரு சர்வாதிகாரியாக மாறினான். அதே சக்தியுடன் அவன் ஓவியக் கலைஞர் பிகாஸோவாக மாறியிருக்க முடியும். அவனிடம் அபரிமிதமான சக்தி இருந்தது என்பதை யாராலும் மறுக்க முடியாது. அந்த சக்தி சரியாகத் திசைதிருப்பப்பட்டிருந்தால் மகத்தான ஆக்க சக்தியாக இருந்திருக்கும் என்பதில் எந்த சந்தேகமும் இல்லை.

சாதாரணமாக பெண்கள் அழிவு வேலைகளில் இறங்குவதில்லை. கடந்த காலத்தில் அவர்கள் ஒரு நாளும் அழிவுப் பாதையில் சென்றதில்லை. ஏனென்றால் கருத்தடை முறைகள் கண்டுபிடிப்பதற்கு முன் அவர்கள் தொடர்ந்து கர்ப்பமாக இருந்தார்கள். ஒரு குழந்தை பிறக்கும். மீண்டும் கர்ப்பமாகிவிடுவார்கள். அடுத்த குழந்தை பிறக்கும். மீண்டும் கர்ப்பம். அவர்கள் வாழ்க்கை முழுவதும் தங்கள் சக்தியை ஓர் உயிரை உருவாக்கப் பயன்படுத்தினார்கள்.

இப்போது உலகில் முதன் முதலாக ஓர் ஆபத்து தோன்றி யிருக்கிறது. அது பெண்களின் அழிவு சக்தி. ஏனென்றால் இப்போது தொடர்ந்து கர்ப்பமாக இருக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லையே! கர்ப்பமாக இருப்பது நாகரிகம் இல்லை என்னும் அளவிற்கு ஆகிவிட்டது. ஆனால் அந்த சக்தி அவர்களிடம் அப்படியே இருக்கிறதே.

கருத்தடை முறைகளுக்கும் பெண்ணிய இயக்கத்திற்கும் நெருங்கிய தொடர்பு இருப்பதைப் பார்க்கிறேன். இப்போது பெண்கள் அழிவுப்பாதையில் சென்று கொண்டிருக்கிறார்கள். தங்கள் குடும்பத்தை உறவுகளை அழித்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். அதைப் பல வழிகளில் நியாயப்படுத்தவும் முயற்சி செய்கிறார்கள். இது அழிவுக்காலம் என்றுதான் சொல்ல வேண்டும். அவர்களிடம் அபரிமிதமாக சக்தி இருக்கிறது., ஆனால் அதை வைத்துக் கொண்டு என்ன செய்வது என்று அவர்களுக்குத் தெரியவில்லை.

கருத்தடை முறைகள் ஆக்கபூர்வமான வழிகளை அடைத்து விட்டன. இப்போது வேறு வழிகள் திறக்கப்படவில்லையென்றால் அழிவு இன்னும் அதிகமாக தீவிரமாக இருக்கும்.

மேலைநாடுகளில் குடும்ப வாழ்க்கை என்பது இல்லாமலேயே போய்விட்டது. கணவன் மனைவி இடையே எப்போதும் சண்டை, வாக்குவாதம், தகராறு என்று எல்லாமே அசிங்கமாகிவிட்டது. எல்லாவற்றுக்கும் அடிப்படைக் காரணம் என்ன என்பதை யாருமே புரிந்து கொள்ளவில்லை. ஆமாம். அடிப்படைக்காரணம் உடல் ரீதியானது.

அதனால் உங்கள் மாதவிடாய்க் காலங்களில் இன்னும் அதிகமான விழிப்புணர்வுடன் இருங்கள். முரட்டுத்தனமாக நடனம் ஆடுங்கள். இங்கே ஓர் ஆப்பிரிக்க நடனக்குழு இருக்கிறது. அவர்கள் முரட்டுத்தனமாக நடனமாடுவது எப்படி என்று சொல்லித்தருவார்கள்.

நீங்கள் உங்கள் இயற்கையைத் தாண்டிப் போக முடியும். ஏனென்றால் இந்த இயற்கையைத் தாண்டி இன்னும் உன்னதமான ஓர் இயல்பு நிலை உங்களிடம் இருக்கிறது. உடல் ரீதியான தடைகளைத் தாண்டி நீங்கள் செல்ல முடியும். ஆனால் அப்படிச் செய்யவில்லையென்றால் நீங்கள் காலாகாலத்திற்கும் உங்கள் சுரப்பிகளுக்கும் அவை சுரக்கும் ஹார்மோன்களுக்கும் அடிமையாக இருப்பீர்கள்.

அழிக்க வேண்டும் என்ற உந்துதல் தோன்றியவுடன் நடனமாடத் தொடங்குங்கள். நடனம் உங்களிடம் தோன்றும் அதிகப்படி சக்தியை உறிஞ்சிவிடும் என்பதைத்தான் நான் சொல்ல விரும்புகிறேன். இந்த நாட்களில் ஒன்றுமே செய்யப் பிடிக்கவில்லை. ஓய்வெடுத்தால் தேவலை என்று நீங்கள் சொன்னீர்கள். ஆனால் நீங்கள் எதை யாவது செய்ய வேண்டும். நீண்ட தூரம் நடைப்பயிற்சி செய்யுங்கள். ஏனென்றால் உங்கள் சக்திக்கு ஒரு வடிகால் தேவை.

இதைப் புரிந்து கொண்டால், நடனம் உங்களைத் தளர்வாக வைத்திருக்கும் என்பதைப் புரிந்து கொண்டால் உங்கள் மாதவிடாய் நாட்கள் மிகவும் அழகான நாட்களாக மாறிவிடும். அந்தச் சமயத் தில் இருப்பது போன்ற சக்தி வேறு எந்தச் சமயத்திலும் இருக்காது.

சரியா? முயற்சி செய்து பாருங்களேன்!

ഠ.

ஐந்தாம் நாள்

மனதில் உள்ள நாய்கள் குரைத்துக்கொண்டே இருக்கின்றன

நான் மதத்தைவிட்டு விலகிச் சென்று பல ஆண்டுகள் ஆகிவிட்டன. மதத்தை வேண்டாம் என்று வெறுத்து வந்திருக்கிறேன்.

சரியாகச் செய்தீர்கள். நீங்கள் எந்த மதத்தை வேண்டாம் என்று மறுத்தீர்களோ அது மதமே இல்லை. அதை வெறுத்து ஒதுக்கியது சரிதான். நன்று செய்தீர்கள். உண்மையான சமய உணர்வு உள்ளவர்களால்தான் அத்தகைய மதங்களை மறுக்க முடியும்.

நான் என்னை மனித நேயம் மிக்கவன் என்று சொல்லி வந்திருக்கிறேன்.

ஆமாம். மனித நேயம் என்பது ஒரு புதுப்பெயர்தான். என்றாலும் அது ஒரு நல்ல மதத்தின் அளவிற்குச் சிறந்ததில்லை. மனம் தன்னைத்தாண்டிப் போகவில்லையென்றால் அது வளராது.

உங்களால் எவ்வளவு முடியுமோ அதையும் தாண்டிப் போகும்போதுதான் உங்களுக்கு வளர்ச்சி ஏற்படுகிறது. முடியாததைச் செய்ய நினைக்கும்போதுதான் நீங்கள் வளர்கிறீர்கள். மனித நேயம் உகந்ததுதான். ஆனால் பின்னால் அது ஒன்றே லட்சியமாகிவிடும். அது போதாது. அது நல்லதுதான். இல்லை என்று சொல்லவில்லை. ஆனால் அது மட்டும் போதாது.

இறைமை என்பது என்ன? மனிதத்தன்மையை முழுமையாக மலர வைத்தலே இறைமை. முழுமையான மனிதனின் செயல்பாடாக இருப்பதே இறைமை. உங்கள் உச்ச நிலையில் நீங்கள் செயல்படும்போது மனவியல் வல்லுனர்கள் ஒமேகா முனை (Omega Point) என்று சொல்கிறார்களே அதில் நின்று செயல்படும்போது மனிதத்தன்மையே இறைமையாகிறது.

உங்கள் மதத்தை நீங்கள் எதிர்த்தது நல்லது. நீங்கள் இயல்பான சந்தேகக்குணத்துடன் உங்கள் மதத்தை ஒதுக்கித் தள்ளியது நல்ல செயல். இப்போது உங்கள் ஆமோதிப்பு முழுமையாக இருக்கும்.

எனக்கு ஏன் அஸங்கா என்று பெயர் சூட்டினீர்கள்?

அஸங்கா ஓர் அழகான பெயர். அஸங்கா என்பவர் புத்தமதத்தைச் சேர்ந்த ஒரு ஞானி. அஸங்கா என்ற சொல்லிற்கு பற்றற்றவர் என்று பொருள். எதனோடும் சேராமல் தனிமையில் இருப்பவர் என்று பொருள். தான் முழுமையடைய மற்றொருவர் தேவைப்படாதவர் என்று பொருள்.

ஆனால் அந்தப் பெயர் ஒரு புத்த மத ஞானியின் பெயர். உங்களுக்குள் இருக்கும் ஏதோ ஒன்று அந்தப் பெயருக்குப் பொருத்தமாக இருக்கிறது.

இந்த இடத்தில் இரண்டு சொற்களை நீங்கள் நன்றாகப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும் ஒன்று ஏகாந்தம். மற்றொன்று தனிமை. தனிமை என்பது தனிமைத்துயரைக் குறிக்கும். தனியாக இருந்து வாடும் நிலையை வர்ணிக்கும்.

ஏகாந்தம் என்பதும் தனிமைதான். ஆனால் அந்தத் தனிமையின் தன்மை வேறு அது பரவச நிலை.

தனிமை எதிர்மறையான பொருள் கொண்டது. அதைத் தவிர்க்க வேண்டும். ஏகாந்தம் நேர்மறையான பொருள் கொண்டது. அது ஆன்மிக வளர்ச்சி நிலை. அது வரவேற்கப்பட வேண்டும். அகராதியில் இரண்டு சொற்களுக்கும் ஒரே பொருள் இருக்கலாம். ஆனால் ஆன்மிக வாழ்க்கையில் இவை இரண்டும் ஒன்றுக்கு ஒன்று எதிரான பொருள் கொண்டது.

அடுத்தவர் நம்முடன் இல்லையே என்று நீங்கள் ஏங்கும்போது தனிமையில் வாடுகிறீர்கள். உங்களால் தனிமையில் மகிழ்ச்சியாக இருக்க முடிந்தால் நீங்கள் ஏகாந்தத்தில் இருக்கிறீர்கள்.

தனியாக இருப்பது சலிப்பாக இருந்தால் நீங்கள் தனிமைத்துயரில் வாடுகிறீர்கள் என்று அர்த்தம். தனியாக இருப்பது பேருவகையைத் தந்தால் நீங்கள் ஏகாந்தத்தில் திளைத்திருக்கிறீர்கள் என்று பொருள்.

அஸங்கா என்றால் ஏகாந்தமாக இருத்தல் என்று பொருள். இமயமலையின் சிகரத்தைப் போல் கம்பீரமாக இருக்கும் ஏகாந்தத்தைக் குறிக்கிறது அந்தச் சொல். அதன் ஏகாந்தம் முழுமையாக இருக்கிறது. அதை நிறைவு செய்ய வேறு எதுவும் தேவையில்லை. அப்படிச் சொல்லும்போது அந்த நிலையில் அன்பு இல்லை என்று நினைக்கக் கூடாது.

உண்மையைச் சொல்ல வேண்டுமென்றால் மனிதர்கள் யாருமே தேவைப்படாதவன்தான் மனிதர்களை உண்மையாக நேசிப்பான். அடுத்தவரின் தேவை மறையும்போதுதான் அன்பு பிறக்கிறது. உங்களுக்கு அடுத்தவர் தேவைப்பட்டால் அவரை உங்கள் சொந்த லாபத்திற்காகப் பயன்படுத்துவீர்கள். அதன்பின் உங்கள் நேசம் தூய்மையானதாக இருக்காது. பயன்கருதிக் காட்டப்படும் கீழ்த்தரமான பாசமாக இருக்கும். அது ஒருவகையான சூழ்ச்சியாக. சுயநலத்தை அடிப்படையாகக் கொண்ட சுரண்டலாகத்தான் இருக்கும். ஏனென்றால் தேவை இருக்கும்போது அடுத்தவரை ஒரு கருவியாகப் பயன்படுத்துவீர்கள்.

உங்களால் தனியாக இருக்க முடியாது என்பதனால் உங்கள் தனிமைப் பயத்தை விரட்ட உங்களுக்கு ஆள் தேவை என்பதால் நீங்கள் வெளிப்படையாக அன்பைப்பற்றிப் பேசுவீர்கள். அது உண்மையான அன்பாக இருக்காது. ஏனென்றால் நீங்கள் அடுத்தவரைப் பயன்படுத்துகிறீர்கள். அன்பு எப்போதும் அடுத்தவரை தன் சொந்தத் தேவைக்காகப் பயன்படுத்தாது. அன்பைப் பொறுத்த மட்டில் அடுத்தவர் நலன்தான் அதன் நோக்கம். அடுத்தவர்தான் லட்சியம். அடுத்தவர் கருவியல்ல. இதுதான் உச்சகட்ட ஒழுக்கம். அடுத்தவரை நம் சொந்தத் தேவைக்காக ஒரு கருவியாகப் பயன்படுத்தாமல் இருப்பதுதான் அதிகபட்ச ஒழுக்கம்.

ஏகாந்தத்தில் திளைத்திருக்கும் வல்லமை பெற்றவன்தான் அன்புகாட்ட முடியும். ஏனென்றால் அன்பு ஒரு தேவையில்லை. அன்பு என்பது நம்மிடம் அதிகமாக இருப்பதால் பொங்கிவழியும் ஓர் உணர்வு. அன்பு பற்றாக்குறையில்லை. அது உறவு. அது ஓர் இருப்புநிலை. நீங்கள் ஓர் அறையில் தனியாக அமர்ந்திருக்கலாம். என்றாலும் உங்கள் மனதில் இருந்து பிரவாகமாக ஓடிக் கொண்டேயிருக்கும். அதைப் பங்கு போட்டுக்கொள்ள யாரும் இருக்கமாட்டார்கள். என்றாலும் அது வழிந்து ஓடிக்கொண்டிருக்கும்.

யாருமே வராத காட்டுப்பாதையில் பல வண்ணங்களில் அழகாகப் பூக்கும் மலரைப் போன்றது அன்பு. அதன் வாசத்தை அனுபவிக்க மனிதர்களே இல்லை என்றாலும் அது தன் போக்கில் தொடர்ந்து நறுமணத்தைப் பரப்பிக் கொண்டிருக்கிறது. அந்த மணம் காற்றில் கலந்து கரைகிறது. அதை நுகர்வார் இல்லையே என்று மலர் கவலைப்படுவதில்லை.

இரவில் யாரும் பார்க்காதபோதும் மினுமினுத்துக் கொண்டிருக்கும் விண்மீனைப் போன்றது அன்பு. பார்வையாளர்களுக்காக நட்சத் திரங்கள் ஏங்கித் தவித்ததாக வரலாறு இல்லை. நீங்கள் தனியாக இருந்தாலும் மற்றவர்களுடன் சேர்ந்து இருந்தாலும் சரி அதனால் எந்த வேறுபாடும் இல்லை. அது ஓர் இருப்பு நிலை. அவ்வளவுதான்.

இந்தக் காரணங்களுக்காகத்தான் உங்களுக்கு அஸங்கா என்று பெயர் சூட்டியிருக்கிறேன். தனியாக இருக்கக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள். ஏகாந்தத்தில் திளைத்திருப்பது எப்படி என்று பயிற்சி பெறுங்கள். மனிதர்களிடமிருந்து தப்பித்துப் போக வேண்டும் என்று நான் சொல்லவில்லை. உங்களை நீங்களே உணர வேண்டுமென்று சொல்கிறேன். உங்களிடமிருந்து தப்பி மற்றவர்களிடம் சரணடையாதீர்கள்.

இதுதான் உங்களின் வாழ்க்கைப் பணியாக இருக்கப் போகிறது. தனிமையின் தூய்மையை அடைந்து அன்பு என்பது ஒரு நிலை, அது ஓர் உறவு சம்பந்தப்பட்டதல்ல என்று உலகிற்குக் காட்டப் போகிறீர்கள்.

இதுதான் உண்மையான விடுதலை. இதனைத்தான் இந்தியாவில் நாங்கள் மோட்சம் என்கிறோம். அடுத்தவரின் தேவை இல்லாமல் இருப்பதுதான் சுதந்திரத்தின் உச்சகட்டம். இதுதான் மகா நிர்வாணம்.

அந்த நிலையில் அன்பு ஒரு தேவையாக இல்லாமல் நிரம்பி வழிந்து ஓடும் ஒரு சக்தியாக இருக்கும். இதனை மனதில் கொள்ளுங்கள் நல்லது.

நான் எப்போதும் ஒன்றையே திருப்பித் திருப்பிச் சொல்லிக்கொண்டிருக்கிறேன். எனக்கு என்ன செய்வது என்று தெரியவில்லை. மன அழுத்தம் மிக அதிகமாக இருக்கிறது.

அதனை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். ஏனென்றால் மனம் ஓர் இயந்திரம். செய்ததையே திருப்பித் திருப்பிச் செய்யும் இயந்திரம். அதனால் ஒரு நாளும் புதிதாக ஓர் எண்ணத்தை உருவாக்க முடியாது. புதிதாக ஒன்றை உருவாக்கும் ஆற்றல் மனதிற்கு இல்லை. அதனால் நடக்க முடியாததை எதிர்பார்க்காதீர்கள். தொடர்ந்து நடக்கமுடியாதது நடக்க வேண்டும் என்று நீங்கள் கேட்டுக்கொண்டேயிருந்தால் நீங்கள் இன்னும் 'அதிகமாக வெறுப்படைவீர்கள். தனக்குத் தெரிந்ததை மட்டுமே மீண்டும் மீண்டும் சொல்லிக்கொண்டிருக்கும் தன்மை உடையது மனம்.

ஒரு கணினிக்குள் ஒரு தகவலைப் பதிகிறீர்கள். அதன்பின் நீங்கள் பதியாத தகவல் ஒன்றை அந்தக் கணினி வெளிப்படுத்தும் என்று எதிர்பார்க்கிறீர்கள். இது சாத்தியமா? நிச்சயமாக இல்லை.

மனம் ஒரு வகையில் கணினி போன்றதுதான். நீங்கள் ஏற்கனவே பதிவு செய்ததைத்தான் அது கிளிப்பிள்ளைபோல் மீண்டும் மீண்டும் சொல்லிக்கொண்டிருக்கும்.

இதுதான் மனதின் தன்மை என்பதை முதலில் நீங்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். இது உங்களுக்கு மட்டும் பிரத்தியேகமாக நடக்கும் நிகழ்வு இல்லை. மனம் உள்ள அனைவருக்கும் இப்படித்தான் நடக்கிறது.

சொன்னதையே திருப்பித் திருப்பிச் சொல்லும் தன்மை கொண்டது மனம் என்பதைப் புரிந்து கொண்டால் நீங்கள் முயற்சியைக் கைவிடுவீர்கள். அப்போது திடீரென்று நீங்கள் மனதிலிருந்து வேறுபட்டு இருக்கிறீர்கள் என்பதைத் தெரிந்து கொள்வீர்கள். நீங்கள் மனம் இல்லை. அதனால் மனதின் தன்மையை அறிந்துகொண்டு அதை உதாசீனப்படுத்திவிட்டு நீங்கள் வளரும் வழியைப் பாருங்கள்.

உங்கள் மனம் சொன்னதையே திருப்பித் திருப்பிச் சொல்லிக்கொண்டிருக்கிறது. சரி. ஆனால் அது அப்படிச் செய்கிறது என்று கண்டுபிடித்தது யார்? அது அப்படிச் செய்வதை நிறுத்த வேண்டும் என்று விரும்புவது யார்? அதைப்பற்றிய விழிப்புணர்வை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள்தான் அது!

முதலில் மனதின் வரம்புகளைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். உங்கள் உடலின் வரம்புகள் ஓரளவு புரிந்திருக்கும். உங்களால் இந்த உடலை வைத்துக்கொண்டு ஒரு பறவையைப் போல் பறக்க முடியாது என்று நிச்சயமாகத் தெரியும். யாரும் பறக்க முயற்சி செய்து பார்ப்பதில்லை. ஆனால் இந்த மனம் கண்களுக்குத் தெரியாதது. இதோ இருக்கிறானே இவன் மனதில் இப்போது என்ன நடக்கிறது என்று உங்களுக்குத் தெரியாது. அங்கேயிருப்பவன் மனதில் என்ன நடக்கிறது என்பதும் உங்களுக்குத் தெரியாது.

உங்களுக்கு உங்கள் மனதில் என்ன நடக்கிறது என்று மட்டும்தான் தெரியும். அடுத்தவர் மனதில் என்ன நடக்கிறது என்று யாருக்குமே தெரியாது.

ஒவ்வொருவருக்கும் தலையில் ஒரு சிறிய ஜன்னல் இருந்தால் நன்றாக இருந்திருக்கும். அதன்மூலம் அடுத்தவர்கள் மனதில் என்ன நடக்கிறது என்று அவர்களால் பார்க்க முடிந்திருக்கும். அந்தச் சூழ்நிலையில் இது போன்ற விஷயங்களுக்கு எல்லாம் யாரும் கவலைப்பட மாட்டார்கள். ஏனென்றால் எல்லாருக்கும் இதேபோல்தானே நடக்கிறது! ரத்தம் உங்கள் உடலுக்குள் சதா ஓடிக்கொண்டிருக்கிறது. உங்கள் சுவாசக்காற்று வெளியே போய் உள்ளே வந்துகொண்டிருக்கிறது. ரத்த ஓட்டம் சுவாசத்தின் போக்கு போல் எண்ணங்களின் ஓட்டமும் இருக்கிறது. அதில் எந்தத் தப்பும் இல்லை.

இரண்டாவது விஷயம். இதனைப் பெரிதாக எடுத்துக் கொள்ளாதீர்கள். இதனை உதாசீனப்படுத்துங்கள். எங்கோ தூரத்தில் நாய்கள் குரைப்பதைப் போன்ற செய்கை அது என்பதை உணர்வீர்கள். இரவில் ஊர்க்கோடியில் உங்கள் மனதில் இருக்கும் நாய்கள் குரைத்துக் கொண்டேயிருக்கட்டும். நீங்கள் அவற்றைக் கண்டுகொள்ளாதீர்கள். அதைக் கண்டுகொள்ளாமல் ஒதுக்க ஒதுக்க அந்த நாய்களுக்கும் உங்களுக்கும் உள்ள தூரம் அதிகமாகிக்கொண்டே போகும். ஒரு நாள் உங்கள் மனதிற்கும் உங்களுக்கும் இருக்கும் தூரம் தொலைதூரத்தில் இருக்கும் நட்சத்திர மண்டலத்திற்கும் உங்களுக்கும் இருக்கும் தூரத்தைவிட அதிகமாகிவிடும்.

நட்சத்திர மண்டலம் ஒரு குறிப்பிட்ட தூரத்தில் இருக்கிறது என்பதால் அதனை அளக்க முடியும். அது ஒளியாண்டுகள் என்ற

பிரம்மாண்ட அளவுகோலில் அளந்தாலும் அது குறிப்பிட்ட தூரம்தானே! ஆனால் அந்த எண்ணங்கள் உங்கள் உணர்வு நிலையிலிருந்து வெகு தூரத்தில் இருப்பதால் அந்தத் தூரத்தை எந்தக் கருவியாலும் அளக்க முடியாது. ஒளியாண்டுகள் என்ற அளவுகோலால் கூட அதை அளக்க முடியாது. ஏனென்றால் அது வெறும் தூரம் மட்டும் இல்லை. அது வேறு நிலை.

உங்களுக்கும் மற்ற மனிதர்களுக்கும் இருக்கும் வேறுபாடுகள் குறைவு. உங்களுக்கும் ஒரு மரத்திற்கும் இருக்கும் வேறுபாடுகள் மிக அதிகம். அதே சமயம் உங்களுக்கும் ஒரு பாறாங்கல்லுக்கும் வேறுபாடுகள் மிக மிக அதிகம். ஏனென்றால் அது வேறு நிலையில் வேறு பரிமாணத்தில் இருக்கிறது. நீங்கள் வேறு நிலையில் வேறு பரிமாணத்தில் இருக்கிறீர்கள்.

மனமும் உணர்வுநிலையும் நேரெதிர் துருவங்கள். ஆனால் இதனைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத்தான் உணரமுடியும். அதை உணர முதல் படி மனதின் வரையறைகளை அறிந்து கொள்வதுதான். மனதால் முடியாததை அதனிடம் எதிர்பார்க்கக் கூடாது. இரண்டாவதாக மனதைக் கண்டுகொள்ளாமல் விடுவது. அதை முற்றிலுமாக உதாசீனப்படுத்துவது. அது இருப்பதையே மறந்து போவது.

மனம் இன்னும் இரைச்சல் போட்டுக் கொண்டிருக்கிறதே என்று சந்தோஷப்படுங்கள். கடிகாரம் இன்னும் ஓடிக் கொண் டிருக்கிறது. அதனைப் பற்றிக் கவலைப்பட வேண்டாம். அந்தத் தூரத்தை உணர்ந்தால் போதும். அதை உணருவதுதான் இப்போதையத் தேவை. உங்களுக்கு இது புரிகிறது என்று நினைக்கிறேன். முயற்சி செய்து பாருங்களேன்!

நான் ஒரு மனவியல் வல்லுனன். சில மருத்துவமனைகளில் ஆலோசனை கூறுபவனாகப் பணியாற்றுகிறேன். அதைத் தனிப் பட்ட முறையிலும் செய்ய விரும்புகிறேன்.

நல்லது. தனிப்பட்ட முறையில் அதனைச் செய்யத் தொடங்குங்கள். அப்போது இன்னும் அதிகமாக உங்களால் உதவ முடியும். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக நீங்கள் செய்யும் பணியில் தியானத்தைப் புகுத்துங்கள். பல மன நோயாளிகளைத் தியானத்தால்

குணப்படுத்த முடியும். சொல்லப் போனால் மனவியல் சாஸ்திரம் - குறிப்பாக மேலை நாடுகளில் உருவாக்கப்பட்ட மனவியல் சாஸ்திரம் - மன நோயாளிகளுக்கு அவ்வளவாகப் பயன்படவில்லை என்றுதான் தோன்றுகிறது. அதனால் தியானத்தையும் சேர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

மன நோயால் பாதிக்கப்பட்ட ஒருவன் தன் நோயைக் குணப்படுத்த அவனே ஏதாவது செய்ய முடியும் என்று நினைக்கும்போது அந்த நினைப்பே அருமருந்தாக அமைந்துவிடுகிறது. தன்னால் ஒன்றும் செய்யமுடியாது; தான் காலகாலத்திற்கும் மருந்துகளையும் மனநல மருத்துவர்களையும் மின் அதிர்வு போன்ற சிகிச்சை முறைகளையும் நம்பியிருக்க வேண்டும் என்று எண்ணும்போது அவன் மனதில் நம்பிக்கை இல்லாமல் போய்விடுகிறது.

"உன்னாலேயே உன்னைக் குணப்படுத்திக் கொள்ள முடியும்" என்று நீங்கள் சொல்லும்போது அவன் மனதில் நம்பிக்கை துளிர்க்கிறது. மன நோய் என்பது உண்மையிலேயே ஒரு நோயல்ல அது ஒரு வித்தியாசமான மனப்பாங்கு என்று அவன் உணரும்போது அவன் மனநோய் மட்டுப்படத் தொடங்குகிறது.

பைத்தியம் பிடித்தல் என்பது ஒரு வியாதியில்லை. அது வாழ்க்கையிலிருந்து தப்பித்து ஒளிந்து கொள்ள ஓர் இடம் என்பதை மேலை நாட்டு மனவியல் இப்போதுதான் கண்டுபிடித்திருக்கிறது.

வாழ்க்கை ஒருவனின் தாங்கும் சக்தியைத் தாண்டிப் போகும் போது அவன் ஒளிய இடம் தேடுகிறான். அதுதான் மனநோய்.

பிரச்சினை என்னவென்றால் இன்னும் அதிகப்பேர் வாழ்க்கையிலிருந்து தப்பி ஒளிந்துகொள்வதையே விரும்புகிறார்கள்.

மனநோய் உண்மையிலே ஒரு நோயில்லை என்பதைத் தெரிந்து கொண்டபின் யாரும் ஒளிந்து கொள்ள விரும்பமாட்டார்கள். ஒளிந்து கொள்ள வேண்டும் என்ற எண்ணம் உணர்வின்மை நிலையில் உண்டாகிறது. யாரும் வேண்டுமென்றே ஒளிந்து கொள்ள வேண்டும் என்று நினைப்பதில்லை.

உதாரணமாக உங்களுக்குப் பயங்கரமான பண நெருக்கடி இருக்கிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். ஏராளமான குடும்பப் பொறுப்புகள். அதனால் விளைந்த பிரச்சினைகள். அதுபோக ஆயிரத்தியோரு பிரச்சினைகள். உங்களால் சரியாகத் தூங்கமுடியவில்லை. மன அழுத்தம் அதிகமாக இருக்கிறது. உங்களைச் சுற்றி இருப்பவர்கள் உங்களுக்கு மனநிலை சரியில்லை என்று கருதுகிறார்கள். உங்கள் பிரச்சினைகளுக்கு நீங்கள் பொறுப்பல்ல என்றும் கருதுகிறார்கள்.

மாறாக உங்களைப் பார்த்துக் கொள்ளும் பொறுப்பையும் அவர்களே ஏற்றுக் கொள்கிறார்கள். அதன்பின் அவர்களிடமிருந்து உங்களுக்கு உதவி கிடைக்கிறது. உங்கள் மனதின் உணர்வின்மை பகுதிக்கு இதில் ஒரு சிறு குறிப்புக் கிடைத்தாலும் போதும். நீங்கள் நிம்மதிப் பெருமூச்சு விடுகிறீர்கள்.

ஆனால் எல்லாமே உணர்வின்மை நிலையில்தான் நடக்கிறது. யாருக்குமே பைத்தியமாக இருப்பது பிடிக்காது. அதற்கு அதீத விலை கொடுக்க வேண்டியதிருக்கும். ஆனால் அது நடந்தால் உங்களுக்குத் தோதாக இருக்கிறது.

அரசாங்கம் உங்களைப் பார்த்துக் கொள்கிறது. எல்லாரும் உங்கள்மேல் அனுதாபப்படுகிறார்கள். உங்கள் குழந்தைகள் உங்களிடம் ஒன்றும் கேட்கமாட்டார்கள். உங்கள் மனைவி அது வேண்டும் இது வேண்டும் என்று உங்களுடன் சண்டை போட மாட்டாள். நீங்கள் சுயபுத்தியில் இல்லையே! அந்த நிலையிலிருந்து வெளியே வர யாருக்குமே மனம் இருக்காது. இதுவும் உணர்வின்மை நிலையில்தான் நடக்கிறது.

அதனால் மன நோயாளிகள் உண்மை நிலையைப் பார்க்க உதவி செய்யுங்கள். சில சின்ன வசதிகளுக்காக அவர்கள் எப்படித் தங்கள் வாழ்க்கையையே அழித்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள் என்பதை அவர்களுக்குப் புரியவையுங்கள். அவர்களுடைய வாழ்க்கை அவர்களுக்குக் கொடுக்கப்பட்ட மிகப்பெரிய வாய்ப்பு என்று அவர்களை உணர வையுங்கள். வாழும் வாய்ப்பு இன்னும் இருக்கிறது என்று அவர்கள் தெரிந்து கொள்ளட்டும். அவர்கள் அந்த நிலையிலிருந்து வெளியே வரத் தீர்மானித்தால் அவர்கள்

வாழ்க்கையில் ஏதாவது செய்ய முடியும் என்று அவர்களுக்கு உணர்த்துங்கள்.

ஒரு முறை நான் என் நண்பனின் வீட்டில் தங்கியிருந்தேன். நண்பனின் தந்தை மனநிலை சரியில்லாதவர். ஆரம்பத்திலிருந்தே அவர் அப்படித்தான் இருந்தார்.

ஆனால் அவரைப் பார்த்ததும் எனக்குச் சந்தேகமாக இருந்தது. அவர் சிறந்த அறிவாளியாக இருக்க வேண்டும் என்று நினைத்தேன்.

ஒரு நாள் நானும் அவரும் தனியாக இருந்தபோது நான் அவரிடம் சொன்னேன்.

"உங்களுக்கு எந்த மனநோயும் இல்லை. நீங்கள் நன்றாகத்தான் இருக்கிறீர்கள். உங்கள் முகத்தில் அறிவுக்களை தாண்டவமாடுகிறது."

அவர் ஆச்சரியத்துடன் என்னைப் பார்த்தார். "அது சரி அது உனக்கு எப்படித் தெரிந்தது?"

அதன்பின் தன் சொந்தக் கதை சோகக் கதையைச் சொன்னார். அவருடைய தந்தை ஒரு கொடுங்கோலராக இருந்திருக்கிறார். மகா கண்டிப்பு. அவரிடம் இருந்து தப்பிக்க இந்த மனிதன் பைத்தியக்கார வேஷம் போட்டிருக்கிறார். அது மிகவும் வசதியாகப் போய்விட்டது. அவருக்கு எந்தக் கவலையும் இல்லாமல் போய்விட்டது.

அவருடைய தந்தை தான் சாகும் நாள்வரை தன் பைத்தியக்கார மகனுக்காக உழைத்தார். இவர் எதுவும் செய்யவில்லை. அதன்பின் அவருடைய பிள்ளைகள் உழைக்கத் தொடங்கினார்கள்.

"முதலில் என் தந்தையின் சம்பாத்தியத்தில் வாழ்ந்தேன். இப்போது என் பிள்ளைகளின் சம்பாத்தியத்தில் எந்தப் பொறுப்பும் இல்லாமல் நிம்மதியாக வாழ்கிறேன். இந்த ரகசியத்தை யாரிடமும் சொல்லிவிடாதே."

○

ஆறாம் நாள்

பாதைகள் வேறானாலும்
இலக்கு ஒன்றுதான்

விட்டுச் செல்வதை நினைத்தால் என் மனதில் ஓர் இனம் புரியாத கவலையும் பதற்றமும் ஏற்படுகிறது. இப்போதுதான் நான் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக முன்னேறத் தொடங்கியிருக்கிறேன். என்னை முன்னேற்றும் வேலையில் முழுமையாக ஈடுப்பட்டிருக்கிறேன். இப்போதுதான் நான் கொண்ட அந்த உறவு வேர்விட ஆரம்பித்திருக்கிறது. இந்த சமயத்தில் விட்டுச் ' செல்வதை நினைத்தால்..

தளர்வாக இருங்கள். எதற்காகவும் கவலைப்படாதீர்கள். உங்கள் கவலை எல்லாவற்றையும் பாதிக்கும். அது உங்களுக்கு எந்த விதத்திலும் உதவாது. உபத்திரவமாகத்தான் இருக்கும். நீங்கள் காதல் வயப்பட்டிருக்கும்போது ஊடே கவலை புகுந்தால் அது உங்களுக்கும் உங்கள் காதலருக்கும் உள்ள இடைவெளியை அதிகமாக்கிவிடும். அதன்பின் அந்தக் காதலே உங்களுக்குச் சுமையாகிவிடும். நீங்கள் தியானம் செய்யும்போது கவலை உள்ளே புகுந்தால் அதன்பின் தியானம் கைகூடாது.

எதைச் செய்தாலும் கவலைப்படாமல் செய்யுங்கள். பதற்றமில்லாமல் செய்யுங்கள். கவலைப்படுவது என்பது ஒரு கெட்ட பழக்கம். அதற்கு அடிமையாகிவிடாதீர்கள். அது எப்படித் தோன்றுகிறது என்று கூர்ந்து கவனித்துப் பாருங்கள். சூழ்நிலை காரணமாகக் கவலை தோன்றுவதில்லை. அது ஒரு பழைய பழக்கம். அவ்வளவுதான். நீங்கள் ஒன்றை நன்றாகச் செய்யவேண்டும் என்று நினைக்கும்போது உங்கள் திறமைகளை மற்றவர்களுக்குக் காட்ட வேண்டும் என்று நினைக்கும்போது அடுத்தவர்கள் உங்களைப் பற்றி என்ன நினைப்பார்களோ என்று கவலைப்படும்போது உங்களிடம் ஒரு பதற்றம் ஏற்படுகிறது.

அந்தப் பதற்றம் உங்கள் அகந்தையின் ஒரு பகுதி. நீங்கள் உங்களைப் பற்றியே அதிகம் நினைத்துக் கொண்டிருப்பதால் ஏற்படும் ஒரு பக்கவிளைவு. உங்களைப் பற்றி நினைத்துக் கொண் டிருப்பதை - அதிலும் குறிப்பாக உங்களைப் பற்றி மற்றவர்கள் என்ன நினைப்பார்களோ என்று நினைத்துக்கொண்டிருப்பதை - விட்டொழியுங்கள். பதற்றம் துண்டைக் காணோம் துணியைக் காணோம் என்று காத தூரம் ஓடிவிடும். அது ஒரு நிழல். அவ்வளவுதான்.

உதாரணமாக நீங்கள் தொடர்ந்து அழகாகப் பேசிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். திடீரென்று உங்களை மேடையேற்றிவிடுகிறார்கள் என்று வைத்துக் கொள்வோம். இப்போது உங்கள் பேச்சைக் கேட்க ஆயிரம் பேர் இருக்கிறார்கள். சொதப்பிவிடுவோமோ என்ற பயம் அப்போது உங்களுக்குள் பதற்றத்தை உண்டாக்குகிறது.

நீங்கள் வாழ்நாள் முழுவதும் பேசிக்கொண்டுதான் இருந்தீர்கள். அதையேதான் இப்போது மேடையில் செய்யப் போகிறீர்கள். புதிதாக எதையும் செய்யப் போவதில்லை. இதுவரை பேசுவது என்பது உங்களுக்கு ஒரு பிரச்சினையாக இருந்ததில்லை. மேடைக்குக் கீழே இருக்கும் ஆயிரம் பேர்களுடன் தனித்தனியாக நீங்கள் பேசியிருக்கலாம். என்றாலும் ஏன் இந்தப் பதற்றம்?

திடீரென்று ஆயிரம் பேரை எதிர்நோக்கும்போது அவர்கள் உங்களை எடை போடுவார்களோ என்ற பதற்றம். உங்கள் பேச்சை வைத்து உங்களைப் பற்றி ஒரு மதிப்பீடு செய்வார்களோ, இவள் இப்படித்தான் பேசுவாள் இப்படித்தான் எல்லாவற்றையும் சொதப்புவாள் என்று நினைத்துவிடுவார்களோ என்ற பதற்றம். ஐயோ நாம் எப்படிச் செயல்படப் போகிறோம் என்ற பதற்றம் வந்துவிட்டால் உங்களுடைய இயற்கையான போக்கு தடைப்பட்டுவிடுகிறது. பதற்றம் உண்டாகிறது.

ஆகவே பதற்றம் வரும்போது உங்களுக்குள்ளே பாருங்கள். ஆழமாகப் பாருங்கள். எல்லாரும் நம்மைப் பார்த்து எடைபோட்டுக் கொண்டிருக்கிறார்களோ என்ற தன்னுணர்வுதான் பதற்றத்தின் மூலம் என்று அறிவீர்கள். அது உறவாக இருந்தாலும் சரி, பேச்சாக இருந்தாலும் சரி வேறு எதுவாக இருந்தாலும் சரி பதற்றம் இப்படித்தான் உண்டாகிறது.

இந்தப் பதற்றம் தேவையேயில்லை. உங்களை எடைபோட அவர்கள் யார்? உங்களை எடைபோடும் உரிமை எந்தக் கொம்பனுக்கும் கிடையாது. உங்களுடைய சுய மதிப்பீடு ஒருநாளும் அடுத்தவரின் எண்ணங்களைச் சார்ந்து இருக்கக் கூடாது. இதுதான் உள்வளர்ச்சிக்கு அடையாளம். உங்களால் தனியாக மகிழ்ச்சியாக இருக்கமுடியும் என்றால் உங்களுக்கு அடுத்தவர்கள் தேவையில்லை.

நீங்கள் தனியாக இருக்கும்போது உங்கள் போக்கில் அழகாக, மௌனமாக, இயல்பாக இருக்கமுடியுமென்றால் உங்களை நீங்கள் நினைத்த மாதிரி உருவாக்க அடுத்தவர்கள் தேவையில்லை.

அடுத்தவர் வந்துதான் உங்களைத் தாங்கிப்பிடிக்க வேண்டு மென்றால் அடுத்தவரின் அங்கீகாரம் இல்லாமல் உங்களால் உயிர் வாழமுடியாது என்றால் நீங்கள் இன்னும் முழுமையாக வளரவில்லை என்று பொருள்.

குழந்தைகளுக்குத்தான் மற்றவர்களின் அங்கீகாரம் வேண்டும். அப்பா என்ன நினைப்பாரோ அம்மா என்ன நினைப்பாளோ என்று குழந்தைகள்தான் சதா கவலைப்பட்டுக் கொண்டேயிருக்கும்.

நீங்கள் முழுமையாக வளர்ந்தவுடன் உங்கள் வாழ்க்கை உங்கள் கையில் வந்துவிடுகிறது. அடுத்தவர்கள் என்ன நினைக்கிறார்கள் என்பதைப் பற்றிக் கவலைப்பட வேண்டாம்.

அதனால் பதற்றப்படுவதை விட்டொழியுங்கள். ஆனால் அதற்கு முன்னால் நீங்கள் உங்களைப் பரிபூரணமாக ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் எப்படி இருந்தாலும் அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ளும் மனப்பக்குவம் உங்களுக்கு வரவேண்டும். நீங்கள் நீங்களாகத்தான் இருக்கமுடியும். நீங்கள் வேறு யாராகவும் இருக்க முடியாது.

அடுத்தவரின் கருத்தைக் கேட்காதீர்கள். அவர்கள் அங்கீகாரத் துக்காக ஏங்காதீர்கள். பதற்றம் தன்னால் போய்விடும்.

உங்கள் வளர்ச்சி தன்னைப்போல் நிகழும். நீங்கள் முயற்சி செய்து வளர வேண்டும் என்பதில்லை. அது தன்னைப்போல் ஏற்படும். நீங்கள் உங்களை முழுமையாக ஏற்றுக் கொண்டால் போதும் வளர்ச்சி தன்னால் நிகழும். அதைவிட்டுவிட்டு நீங்கள்

வளர்ச்சியைத் தேடிக்கொண்டு பதற்றத்துடன் ஓடினால் அதைத் தவறவிட்டுவிடுவீர்கள். வளர்ச்சியை அனுமதியுங்கள். போதும். அது வரும்போது ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள் போதும்.

இருப்புநிலை உங்களை அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ளும். அது உங்களிடம் எந்த அத்தாட்சியையும் கேட்காது. அது உங்களை அப்படியே ஏற்றுக் கொண்டதால்தான் நீங்கள் நீங்களாக இருக்கிறீர்கள். இல்லாவிட்டால் நீங்கள் இங்கே இப்படி இருக்க மாட்டீர்களே!

வீட்டில் இருப்பதுபோல் வசதியாக இருந்துகொண்டு இருப்புநிலையைப் பார்ப்பதுதான் உண்மையான சமய உணர்வின் சாராம்சம்.

பதற்றத்தைத் தவிருங்கள். நல்லது நடக்கும்.

என்னைப் பலவகையான தியானங்கள் செய்யச் சொன்னீர்கள். எந்தத் தியானம் என்னை ஆழமாக அழைத்துச் செல்கிறது என்று சொல்லச் சொன்னீர்கள். எனக்கு எல்லாமே ஒரே மாதிரியாகத்தான் தெரிகிறது. எல்லாமே விளையாட்டுகள் போல் தோன்றுகின்றன. எனக்கு பிடித்திருக்கிறது. அது ஒருபுறம் இருக்கட்டும். என்னை இன்னும் ஆழத்திற்குக் கொண்டு செல்ல உங்களால் மட்டுமே முடியும்.

சரி. இதுவும் நன்மைக்கே. வெகு சிலருக்குத்தான் வகை வகையான தியானங்கள் சிறந்ததாகத் தோன்றும். அவற்றின் தன்மையைப் புரிந்து கொண்டால் எல்லாமே ஒன்று போல்தான் தோன்றும். ஒரே கோயிலுக்கு இருக்கும் பலவகையான கதவுகள். அவ்வளவுதான்.

உங்களுடைய இரண்டாவது புரிதலும் நல்லதே. ஆகையால் விளையாடுங்கள் மகிழ்ச்சியாக இருங்கள். எதையுமே சீரியசாக எடுத்துக் கொள்ளாதீர்கள். எல்லாமே வேடிக்கைதான். நீங்கள் அதையெல்லாம் விளையாட்டாகப் பார்க்கும்போது உங்களுக்குள் பல விஷயங்கள் நடக்கலாம்.

ஒரு தேர்ந்த இசைக்கலைஞன் ஒரு நாள் வெகு சோகமாகத் தன் பியானோவின் முன் அமர்ந்திருந்தான். குறிப்பாக எதையும் வாசிக்காமல் மனம் போன போக்கில் கட்டைகளை அமுக்கி

இசையை உண்டாக்கிக் கொண்டிருந்தான். எதிர்பாராதவிதமாக அவன் பியானோவிலிருந்து ஓர் அபூர்வமான இசை கிளம்பியது. அந்த இசைக்காகத்தான் அவன் வாழ்நாள் முழுவதும் காத்துக் கொண்டிருந்தான். அது அவ்வளவு ரம்மியமாக இருந்தது. அவன் வேறு உலகத்தில் இருப்பதாக உணர்ந்தான்.

சிறிதுநேரம் கழித்து அதே இசையை மீண்டும் வாசிக்க முயன்றான். நடக்கவில்லை. வேறு பலவிதமான ஸ்வரங்களும் இசைகளும் தோன்றின ஆனால் முதலில் அவன் கேட்ட அந்த மயக்கும் இசை தோன்றவில்லை. வெறிபிடித்தவனைப் போல் அந்த இசையை உருவாக்கப் பல மாதங்கள் முயற்சி செய்தான். ஒன்றும் பலிக்கவில்லை.

அதன்பின் எல்லா முயற்சியையும் கைவிட்டுவிட்டு அக்கடா வென்று பியானோவின் முன் அமர்ந்து மனம் போன போக்கில் கட்டைகளை அமுக்கிக்கொண்டிருந்தான். அப்போது சத்தியமாக அந்த ரம்மியமான இசை வரும் என்று அவன் நினைக்கவில்லை. எதிர்பார்க்கவும் இல்லை. அப்போது அந்த இசை தோன்றியது.

அப்போதுதான் அந்தக் கலைஞனுக்கு அந்த ரகசியம் விளங்கியது. உங்களுக்கு அப்பால் இருக்கும் ஒன்று தானாகத்தான் உங்களிடம் வரும். அதைப் பற்றியிழுக்க நினைத்தால் அது சத்தியமாக உங்களிடம் வராது. அது பிரமாண்டமானது உங்கள் எண்ணத்தாலும் முயற்சியாலும் அதைக் கட்டிப்போட முடியாது. அது எதிர்பாராத வேளையில்தான் தோன்றும் ஒரு விந்தையாக விவரிக்க முடியாத ஆச்சரியமாகத்தான் உங்கள் முன் தோன்றும்.

அதனால் எல்லாவற்றையும் வேடிக்கையாக நினைத்து விளையாடிக் கொண்டிருங்கள். மகிழ்ச்சியாக இருப்பதுதான் வாழ்க்கையின் நோக்கம். நல்லது. எனக்கு மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறது.

போனவாரம் என்னைத் பலவகை தியானங்களைப் பற்றிச் சொல்லச் சொன்னீர்கள். அவை எல்லாமே சக்தி வாய்ந்தவைதான். நான் சில நேரங்களில் மன அழுத்தத்தால் அவதியுறுகிறேன். சில நேரங்களில் மிகவும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறேன். இது மாறி மாறி தொடர்ந்து நடந்து கொண்டிருக் கிறது.

தியானம் பலவற்றைப் புரட்டிப் போட்டுவிடுகிறது. உங்கள் சந்தோஷத்தையும் புரட்டுகிறது. துக்கத்தையும் புரட்டுகிறது. அது சிலசமயம் உங்களை சோகம் என்னும் பள்ளத்தில் தள்ளிவிடுகிறது. நீங்கள் மன அழுத்தத்துடனும் வருத்தத்துடனும் அவதிப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்.

சில நேரங்களில் தியானம் உங்களை மேகங்களில் அமர வைக்கிறது. அது எது செய்தாலும் நல்லது. அதனை அனுமதியுங்கள். வருவதை எதிர்கொள்ளுங்கள்.

உங்களுக்கு மன அழுத்தம் தோன்றும்போது அதிலிருந்து தப்பிக்க நினைக்காதீர்கள். அதனுள் எவ்வளவு முடியுமோ அவ்வளவு ஆழமாகச் செல்ல முயற்சி செய்யுங்கள். உங்கள் சோகத்திற்குள் மூழ்குங்கள். உண்மையாகவே வருத்தப்படுங்கள். துக்கத்தின் அடித்தரையைத் தொடுங்கள். அதைத் தொட்ட மாத்திரத்தில் அதுவும் மகிழ்ச்சியின் அடியாழமும் ஒன்றுதான் என்பதை உணர்வீர்கள். வேறுபாடுகள் எல்லாம் மேல்மட்டத்தில்தான். ஆழம் அதிகமாக அதிகமாக வேறுபாடுகள் எல்லாம் மறைந்துவிடும். எல்லா உணர்வுகளின் அடியாழமும் ஒரே இடம்தான்.

நீங்கள் துன்பப்படும்போது உங்களைக் காப்பாற்ற எண்ணாதீர்கள். அழாதீர்கள். துன்பத்தை மறக்க வேறு வழிகளை நாடாதீர்கள். துன்பத்துடன் இருங்கள். அது கடினமாக இருக்கும். கனமாக இருக்கும். என்றாலும் முயற்சி செய்து பார்ப்பது நல்லது. அதன் அடியாழத்தைத் தொட்ட மாத்திரத்தில் நீங்கள் புன்னகை சிந்த ஆரம்பித்துவிடுவீர்கள்.

அதன்பின் நீங்கள் நினைத்தாலும் உங்களால் சோகமாக இருக்க முடியாது. ஓர் உணர்வின் அடிமட்டத்தைத் தொட்டுவிட்டால் அதன்பின் அதனைத் தாண்டிச் சென்றுவிடுவீர்கள். நல்லது.

ஒரு வருடத்திற்கு முன்னால் என்னிடம் நோய்களைக் குணப்படுத்தும் அபூர்வ சக்திகள் இருப்பதாக உணர்ந்தேன். ஒருமுறை ஒருவருக்கு மசாஜ் செய்யும்போது அவர் மேல் என் கைபட்டவுடன் என் கைகளில் ஓர் அதிர்வு உண்டானது.. "என்ன செய்கிறாய்?" என்று அவர் கேட்டார். "ஒன்றும் இல்லை. என் கைகள் தாமாகவே அதிர ஆரம்பித்துவிட்டன" என்றேன்.

தனக்குள் மின்சாரம் பாய்ந்தது போல் இருந்தது என்று அவர் சொன்னார். என்ன நடக்கிறது என்று எனக்குப் புரியவில்லை. இது பலமுறை நடந்தது.

யாருக்காவது எங்காவது வலி உண்டாகும்போது வலிக்கும் இடத்தில் என் கைபட்டவுடன் அவருக்குள் மின்சாரம் பாயந்தது போல் இருக்கும். அதன்பின் அந்த வலி மறைந்துவிடும். இந்த சக்தியை நான் வளர்த்துக் கொள்வது நல்லது என்று நினைக்கிறீர்களா?

உங்கள் கைகள் இரண்டையும் மேலே தூக்குங்கள். கண்களை மூடிக்கொள்ளுங்கள். ஏதாவது நடந்தால் அதனை நடக்க அனுமதியுங்கள். (அந்தப் பெண்ணின் வலது கை நகர்கிறது. இடது கை அசையாமல் அதே இடத்தில் இருக்கிறது. ஓஷோ இரண்டு கைகளின் மேலும் தன் கைவிளக்கைக் காட்டுகிறார்)

உங்களிடம் நோய்தீர்க்கும் சக்தி இருப்பது உண்மைதான். ஆனால் சில விஷயங்களை நீங்கள் கவனத்தில் கொள்ளவேண்டும். யாரையாவது நீங்கள் குணப்படுத்த விரும்பினால் இரண்டு மூன்று நிமிடங்களுக்கு ஏதாவது ஒரு பாட்டை முணுமுணுப்பாகப் பாடுங்கள். அது இல்லாமல் அவரைத் தொடாதீர்கள்.

உங்களிடம் அந்த சக்தி இருக்கிறது. ஆனால் அதிர்வுகள் இன்னும் நுட்பமாக இருக்கவேண்டும். எந்த அளவு அதிர்வுகள் நுட்பமாக இருக்கிறதோ அந்த அளவு அது நோய்வாய்ப்பட்டவருக்கு உதவியாக இருக்கும். நுட்பமான உணர்வுகள் உங்களைக் களைப்படையச் செய்யாது. அதனால் மூன்று நிமிட ஹம்மிங் செய்யுங்கள்- ஏதாவது ஒரு பாட்டை மனதிற்குள் பாடுங்கள். பின் உங்கள் பணியைத் தொடங்குங்கள்.

அந்த அதிர்வு உங்கள் உடல் முழுவதும் இருக்கிறது. அதனுடன் ஒத்துழையுங்கள். நீங்கள் உங்கள் கைக்குப் பூரணமான ஒத்துழைப்பு தரவில்லை. அது தானாக நகர்ந்து கொண்டிருக்கிறது. உங்கள் கை நகர உதவி செய்யுங்கள். அப்போதுதான் மொத்த உடம்பிலும் அதிர்வுகள் உண்டாகும். அது உடலில் ஓர் இடத்தில் மட்டும் நடக்கும் நிகழ்வு இல்லை.

இரண்டாவது விஷயம். உங்களால் ஒரு பெண்ணைக் குணப்படுத்த முடியாது. ஓர் ஆணின் வலி போக நீங்கள் உதவி செய்யலாம். ஆனால் பெண்களைக் குணப்படுத்தக் கஷ்டப்படுவீர்கள். அதனால் ஒரு வருடத்திற்கு எந்தப் பெண்ணையும் குணப்படுத்த முயற்சி செய்யாதீர்கள். அப்படிச் செய்து அது தோல்வியடைந்தால் உங்கள் மனம் உங்கள் இதயத்திற்குத் தவறான செய்தியை அனுப்பிவிடும். உங்களுக்கு அந்த சக்தியில்லையோ என்ற சந்தேகத்தையும் கிளப்பிவிடும்.

ஒரு வருடம் ஆண்களிடம் மட்டும் முயற்சி செய்யுங்கள். ஒரு வருடத்தில் உங்கள் மேலும் உங்கள் சக்தியின் மேலும் உங்களுக்கு வலுவான நம்பிக்கை வந்துவிடும். அதன்பின் பெண்களிடம் முயற்சி செய்யுங்கள். பெண்கள் விஷயத்திலும் நீங்கள் வெற்றி பெறுவீர்கள். நல்லது. நானும் என்னாலான உதவியைச் செய்கிறேன்.

நான் கிறிஸ்தவர்களோடு இருக்கும்போது கிறிஸ்தவனாக உணர்கிறேன். பாமரர்களோடு இருக்கும்போது பாமரனாகவும் உங்கள் சந்நியாசிகளோடு இருக்கும்போது சந்நியாசியாகவும் உணர்கிறேன்.

நீங்கள் உங்கள் மையத்தில் உறுதியாக இருந்தால் இப்படி இருக்கலாம். கொஞ்சம் வேடிக்கையாகவும் இருக்கும். ஆனால் உங்களிடம் உறுதியில்லையென்றால் இது ஆபத்தானது. நீங்கள் உங்கள் மையத்தில் உறுதியாக இருந்தால் எங்கே சென்றாலும் யாருடன் இருந்தாலும் தெளிவாக இருப்பீர்கள். அப்படி இருக்க வேண்டுமென்றால் நீங்கள் யாரென்று உங்களுக்குத் தெரிந்திருக்க வேண்டும். இல்லையென்றால் குழப்பம்தான் மிஞ்சும். ஒருநாள் கிறிஸ்தவனாக ஒரு நாள் இஸ்லாமியனாக ஒரு நாள் இந்துவாக - அப்பப்பா அதனால் ஏற்படும் குழப்பத்தை நினைத்துப் பார்க்கக் கூட முடியவில்லை.

நம் மனதில் இருக்கும் அந்த அடிப்படை சமய உணர்வு எல்லாவற்றையும் இணைக்கும் பாலமாக இருக்கும் என்று நினைக்கிறேன்.

அதையேதான் நானும் சொல்கிறேன். உங்களிடம் அந்த சமய உணர்வு இருந்தால் அந்த இணைப்புப் பாலம் என்னவென்று

உங்களுக்குத் தெரிந்திருந்தால் நல்லது. ஆனால் உங்களிடம் அந்த இணைப்புப்பாலம் இல்லையே! நீங்கள் உங்கள் மையத்தில் உறுதியாக இருப்பதாகத் தெரியவில்லையே. இது உங்களுக்கு உதவும் என்று எனக்குத் தோன்றவில்லை.

எல்லா இடங்களிலிருந்தும் பதிவுகளைச் சேகரிப்பது நம் வேலையில்லை. ஏனென்றால் ஒவ்வொரு பாதையும் வித்தியாசமானது. இலக்கு ஒன்றாக இருக்கலாம். ஆனால் பாதைகள் வேறு வேறு.

எல்லாம் நிறைவாக முடியும்போது பாதைகள் வேறானாலும் இலக்கு ஒன்றுதான் என்று கம்பீரமாகச் சொல்லலாம். அதில் ஆழமான அர்த்தம் இருக்கும். ஆனால் பயணத்தின் ஆரம்பத்திலேயே அப்படி எண்ணுவது ஆபத்து. யாராலும் பல வழிகளில் ஒரே நேரத்தில் பயணிக்க முடியாது. உங்களால் ஒரு சமயத்தில் ஒரு பாதையில்தான் பயணம் செய்யமுடியும். மற்றவர்கள் வேறு பாதைகளில் பயணம் செய்து அடையும் அதே இலக்கை நீங்கள் உங்கள் பாதையின் முடிவில் காண்பீர்கள்.

அதனால் எந்த மதத்தையும் எதிர்க்காதீர்கள். கிறிஸ்தவன், இந்து முகமதியன் - யாரையுமே பகைத்துக் கொள்ளாதீர்கள். ஏதேனும் ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுங்கள். 'இது எனக்காகவே தோன்றிய வழி' என்று சொல்லக்கூடிய ஒரு வழியைத் தேர்ந்தெடுங்கள். பல வழிகளில் செல்பவர்கள் குழப்பமடைகிறார்கள். அவர்கள் அதீதக் குழப்பத்தில் இருக்கிறார்கள். உங்களுடைய ஒரு கை வடக்கு நோக்கிப் போகும்போது மற்றொன்று தெற்கு நோக்கிப் போனால்? ஒரு கால் கிழக்கிலும் ஒரு கால் மேற்கிலும் போனால்?

நீங்கள் இலக்கை அடைந்துவிட்டால் அப்படிச் சொல்லலாம். நான் அதைச் சொல்லலாம். நீங்கள் சொல்லக்கூடாது.

தியானத்தைத் தொடருங்கள். பார்ப்போம்.

நான் ஜெர்மனி நாட்டில் ஒரு புத்தமதக்காரனுடன் படித்துக் கொண்டிருந்தேன். நான் அவனை மனதாரக் காதலிக்கிறேன். நான் உங்களிடத்தில் சந்நியாசியான பின்பு அவனிடம் போனால் அப்போதும் நீங்கள் என்னுடன் இருப் பீர்களா?

நிச்சயமாக. எனக்கு அவனிடமும் வேலை இருக்கிறது. நீங்கள் கவலைப்படாதீர்கள்.

புத்தமதத்தின் வழிமுறைகள் எல்லாமே நன்மை பயப்பவை. மிகவும் சிறந்தவை. அவற்றுக்கும் மதத்துக்கும் சம்பந்தம் இல்லை. அவை விஞ்ஞானபூர்வமானவை. அவற்றை புத்த மதத்தின் வழிமுறைகள் என்றுகூடச் சொல்ல வேண்டாம். அவை வழிமுறைகள். அவ்வளவுதான்.

புத்த மதம் வெறும் மதம் அல்ல. அது ஒரு வித்தியாசமான மனவியல் சாஸ்திரம். அது இந்துமதம் கிறிஸ்தவமதம் போல் சாதாரண மதம் கிடையாது. அது கலப்படமில்லாத தூய்மையான விஞ்ஞானம். தூய்மையான விஞ்ஞானத்திற்கு யாரும் உரிமை கொண்டாட முடியாது,

அதனால் நீங்கள் அவனிடம் தாராளமாகச் செல்லலாம். விரைவிலேயே நீங்கள் அவனுக்கும் எனக்கும் நடுவில் ஒரு பாலமாக இருந்து அவனை இங்கே அழைத்து வருவீர்கள். இப்போது உங்கள் கண்களை மூடிக்கொள்ளுங்கள்.

ஒரு பெண் ஓஷோவிடம் சொல்கிறாள். இங்கே வந்ததி லிருந்து எனக்கும் என் காதலனுக்கும் இடையில் விரிசல் விழுந்துவிட்டது. எங்கள் உறவு மாறிவிட்டது. இப்போதெல்லாம். நாங்கள் அடிக்கடி உறவு கொள்வதில்லை.

இப்போது அந்தப் பெண்ணின் காதலன் சொல்கிறான்: "நான் மற்ற பெண்கள்பால் ஈர்க்கப்படுகிறேன்."

வாரம் ஒரு முறை உறவு கொள்ளுங்கள். அந்த சமயத்தில் உங்கள் அனுபவம் முழுமையாக இருக்கட்டும். இருவரும் உறவில் பூரண திருப்தி அடையும்வரை உறவு கொள்ளுங்கள்.

உடல் உறவு கொள்ளும்போது ஏதோ சில உணர்வுகளுக்கு வடிகால் கிடைத்தால் போதும் என்று நினைக்காதீர்கள். இன்பத்தில் உங்கள் ஆன்மாவே சிலிர்க்கும் வகையில் உறவு கொள்ளுங்கள். உறவு கொள்ளும்போது நீங்கள் குதிக்க வேண்டும். கூச்சல் போட வேண்டும். அப்போதுதான் அது தியானமாகும்.

நீங்கள் உறவு கொள்வது மொத்த உலகிற்கே தெரியும் வகையில் சத்தம் வர வேண்டும். அப்படிச் செய்தால் உங்களுக்கு அதில் பூரண திருப்தி கிடைக்கும். அடுத்த ஒரு வாரத்திற்கு உடலுறவைப் பற்றியே நினைக்க மாட்டீர்கள்.

உங்களுக்குத் திருப்தி ஏற்படாததால்தான் உங்கள் மனம் மற்ற பெண்களை நாடுகிறது.

கீழை நாடுகளில் பாலுணர்வை நாங்கள் துல்லியமாக ஆராய்ந்து பார்த்துவிட்டோம். மேலை நாடுகளின் ஆராய்ச்சி வெளிச்சுற்றிலேயே இருக்கிறது.

இந்தப் பெண்ணா அந்தப் பெண்ணா என்பது கேள்வியல்ல. ஆண்-சக்தி பெண்-சக்தி இணைவதுதான் முக்கியம். உண்மையிலே அந்த இரண்டு மகத்தான சக்திகள் சந்திக்க முடிந்தால் சங்கமிக்க முடிந்தால் அது ஒரு பாலியல் உச்சகட்ட அனுபவமாகவே இருக்கும்.

கொஞ்சநேரமாவது நமது அகந்தை காணாமல் போகும். அங்கே நீங்கள் இருக்க மாட்டீர்கள். நீங்கள் மறைந்துவிட்டீர்கள். மொத்த பிரபஞ்சமும் உங்களுடன் சேர்ந்து மறைந்துவிட்டது. உங்கள் இயற்கைத்தன்மை வெடித்துவிட்டது. நாகரிகம் பண்பாடு எல்லாமே வெடித்துச் சிதறிவிட்டது. நீங்கள் காட்டு விலங்குகளைப் போல் இருக்கிறீர்கள். - வெகுளியாக, துடிப்பாக, ஆட்கொள்ளப்பட்டவர்களாக.

இந்த இடத்தில் நாம் ஒரு வேடிக்கையான முரண்பாட்டைப் பார்க்க வேண்டும். இதெல்லாம் நடக்க வேண்டுமென்றால் நீங்கள் பாலுணர்வின் உச்சத்தைத் தொட வேண்டுமென்றால் நீங்கள் பிரம்மச்சாரியாக இருக்கவேண்டும். சக்தியைச் சேகரித்துக் கொண்டே வரவேண்டும். சக்தியின் தொட்டி நிரம்பியவுடன் நீங்கள் வெடிப்பீர்கள். உச்சத்தைத் தொடுவீர்கள்.

ஆனால் உடலுறவு கொள்வது தினசரி பழக்கமாகிவிட்டால் அது காபி- டீ சாப்பிடுவது சிகரெட் குடிப்பது போல் சாதாரண வேலையாகிவிடும். பின் அது தும்மலைப் போல் உள்ளே அடக்கி வைத்திருக்கும் உணர்வு வெளியேறும் வழியாக இருக்கும் அவ்வளவுதான்.

தயவுசெய்து புனிதமான உடலுறவை ஒரு தும்மலின் நிலைக்குக் கொண்டுவந்து விடாதீர்கள். அதன்பின் உடலுறவில் இருக்கும் மர்மங்களை உங்களால் உணர முடியாது.

எந்த நாளில் உடலுறவு கொள்வது என்பதை முன்னாலேயே தீர்மானம் செய்யுங்கள். அந்த நாளை ஒரு புனிதமான நாளாகப் பாருங்கள். நாள் முழுவதும் ஆழ்ந்த தியானத்தில் இருங்கள். வாரம் ஒரு முறை. அது ஞாயிற்றுக் கிழமையாக இருக்கலாமே! மேலை நாடுகளில் மதத்திற்காக ஒதுக்கப்பட்ட நாள் அதுதானே!

உடலுறவை ஒரு புனிதமான செயலாகக் கருத வேண்டும். அன்று காலையிலிருந்தே அதற்குத் தயாராக வேண்டும். ஒருவரிடம் ஒருவர் அன்பாக மென்மையாக நடந்து கொள்ள வேண்டும். சண்டையோ வாக்குவாதமோ கோபமோ வராமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். ஏனென்றால் அவை சக்தியைச் சிதறடித்துவிடும்.

உறவு கொள்ளப் போகும் அந்தக் கணத்தை எதிர்நோக்கி இருக்க வேண்டும். ஆறு நாட்கள் அதற்காகக் காத்திருந்தீர்கள். இப்போது ஒரு தியான நிலையில் உறவிற்குள் செல்லுங்கள்.

உடலுறவு கொள்வதற்கு முன்னால் இருவரும் சேர்ந்து தியானியுங்கள். உங்களுடன் ஒரு மௌனமான வெளி வந்து இருக்க வேண்டும் என்று பிரார்த்தனை செய்யுங்கள். அந்த வெளி உங்களை முற்றிலுமாக மூடி தன்னுள் உங்களைக் கரைத்துவிடும். உடலுறவு தெய்விகமான செயல். அதை அப்படியே வைத்திருங்கள். அதைவிட தெய்விகமான செயல் வேறு எதுவும் இருக்க முடியாது. அதுதானே உச்ச கட்ட ஆக்க சக்தி. ஓர் உயிரை ஒரு மனிதனை உருவாக்கும் உச்சநிலை ஆக்கசக்தி உடலுறவின் போதுதானே வெளிப்படுகிறது.

வாரம் ஒருமுறை நடக்கும் அந்தப் புனிதமான உடலுறவு உங்களுக்குப் பூரண திருப்தியளித்தால் அந்தப் புனிதத்தைக் கொண்டாட ஒரு வார பிரம்மச்சரியம் போதாது என்று உங்களுக்குத் தோன்ற ஆரம்பிக்கும். மூன்று அல்லது நான்கு வாரங்கள் உறவில்லாமல் பிரம்மச்சரியத்தைக் கடைப்பிடித்து அதன்பின் உறவு கொண்டால் என்ன என்று சிந்திக்கத் தொடங்குவீர்கள்.

அந்த உடலுறவு கொடுக்கும் திருப்தியில் அதனால் உங்களிடம் ஏற்படும் ஜொலிப்பு சில வாரங்களுக்குத் தொடரும். அதில் நீங்கள் எப்போதும் திளைத்திருப்பீர்கள்.

அதனால் இந்த வழியில் உறவு கொள்ளத் தொடங்குங்கள். சரியா?

நான் தியானம் செய்யும்போது அதிகமான அவநம்பிக்கை பயம் ஆகியவற்றுடன் தொடர்பு கொள்கிறேன். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக என் உடல் என்னை ஆக்கிரமிக்கிறதோ என்ற பயம் தோன்றுகிறது.

இந்தப் பயத்தைக் கடந்து அப்பால் செல்லாவிட்டால் நீங்கள் எப்போதுமே தியான நிலைக்குள் செல்ல முடியாது. நீங்கள் எப்போதுமே வளர முடியாது.

ஒரு விதையை நினைத்துக் கொள்ளுங்கள். செடி வளர ஆரம்பித்ததும் விதைக்குப் பயம் வந்துவிடுகிறது. இந்தச் செடி பிறக்க வேண்டுமென்றால் நாம் இறக்க வேண்டுமே என்ற பயம்.

நீங்கள் எப்போது சாவின் முனைக்கு வந்தாலும் சரி அப்போது உங்கள் அகம் - அதாவது முட்டை ஓடுபோல் உங்கள் ஆன்மாவை மூடியிருப்பது - கீழே விழுந்து உடைய வேண்டும். ஓடு உடைந்தால்தானே குஞ்சு வெளியே வர முடியும்? ஓடு கீழே விழுந்ததும் வேறொரு இருப்பு அங்கே தோன்றுகிறது. அந்த நேரத்தில் பயம் உங்களை ஆட்கொள்ளும். அந்தப் பயத்தையும் தாண்டித்தான் உங்கள் பயணம் இருக்க வேண்டும். நான் உங்களுடன் இருப்பேன் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள்.

நான் ஜெர்மனியில் இருந்தபோது பல குழுக்களுக்குத் தலைவனாக இருந்து நடத்தியிருக்கிறேன். அதனால் இங்கே என்னைக் குழுவில் சேர்க்காதீர்கள். எனக்குக் குழுக்கள் தேவையில்லை. நான்தான் தலைவனாகவே இருந்திருக்கிறேனே!

குழுவின் தலைமைப் பதவி நீங்கள் போட்டுக் கொள்ளும் ஒரு பாதுகாப்புக் கவசமாகிவிடும்.

பல குழுத்தலைவர்கள் வளராமல் தேங்கி நிற்பதை நான் என் அனுபவத்தில் பார்த்திருக்கிறேன். அடுத்தவர்களைத் தலைம

தாங்கி நடத்திச் செல்லும்போது நீங்கள் வெளியிலேயே இருந்து விடுகிறீர்கள். உங்களை முழுமையாக ஈடுபடுத்திக் கொள்வதில்லை. நீங்கள் புத்திசாலிகளாகிவிடுகிறீர்கள். ஆனால் உணர்வுபூர்வமாக வளர்வதில்லை.

நீங்கள் வேறொருவரின் தலைமையின் கீழ் இருந்தால் அந்த அனுபவமே வேறு மாதிரியாக இருக்கும். அதுவும் இங்கு எல்லாமே வித்தியாசமாக இருக்கும். ஏனென்றால் இங்கு நீங்கள் ஒரு குழுவாகச் சேர்ந்து தியானம் செய்ய வேண்டும். அந்தப் பயிற்சி உங்களுக்கு நிச்சயம் உதவும்.

நீங்கள் ஏற்கனவே குழுத்தலைவராக இருந்திருந்தால் ஒரு குழுவில் நிச்சயம் சாதாரண அங்கத்தினராக இருந்தேயாக வேண்டும். தலைமைப் பதவி உங்கள் அகந்தையைத் தூபம் போட்டு வளர்க்கும். அகந்தைதான் நம் பிரச்சினையே!

கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உலகத்தில் இருக்கும் எல்லாக் குழுத்தலைவர்களும் இங்கே வரப் போகிறார்கள். அவர்கள் வரத்தான் வேண்டும். அவர்கள் தலைவர்களாகிவிட்டபடியால் சரியாக வளரவில்லை. சின்னக் குழந்தைகளைப் போல் இருக்கிறார்கள்.

தலைவராக ஆனபின் வளர்வது என்பது மிகவும் கடினமான செயல். உங்கள் கௌரவம் போய்விடுமோ என்று அஞ்சுவீர்கள். அதுவே உங்கள் வளர்ச்சிக்குப் பெரிய தடைக்கல்லாகிவிடும்.

நான் உங்களை அழிக்க வேண்டும். அப்போதுதான் நீங்கள் புதிதாகப் பிறப்பீர்கள். இதில் நான் கொஞ்சம் கடுமையாகவே இருக்க வேண்டும்.

நீங்கள் கல்லைப்போல் இருந்தீர்கள் என்றால் நான் அதை உடைக்கும் சுத்தியலாக இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் கல்லும் கனியாகும்.

○

ஏழாம் நாள்

தொடர்ந்து நடக்கும் நாடகம்தான் வாழ்க்கை

ரிக்தா என்ற சொல்லிற்கு சூன்யம் என்று பொருள். தேவா என்றால் தெய்விகத்தன்மை கொண்டது என்று பொருள். ஆமாம், நீங்கள் இப்படித்தான் படிப்படியாகத் தெய்விகமான சூன்யத்தை உங்களுக்குள் கொண்டுவர வேண்டும்.

உள்ளே இருப்பது வெற்றிடம்தானே? சூன்யம்தானே! உங்கள் விதை அப்படி இருப்பதாகத்தான் நான் உணர்கிறேன். அந்த சூன்யத்தை உணர உணர அது இன்னும் அதிகமாகும். அதற்காக நீங்கள் கஷ்டப்பட வேண்டாம். அந்த சூன்ய உணர்வு தானாகவே வரும்.

மேலைநாட்டு மதங்கள் ஒரு போதும் சூன்யத்தை அங்கீகரித்ததில்லை. ஆனால் கீழைநாட்டு மதங்களில் சூன்யம் ஆழ்நிலை தியானப் பொருளாக இருந்து வந்திருக்கிறது. மேலைநாடுகளில் சூன்யம் தவறான ஒன்றாக எதிர்மறைப் பொருளாக இருந்து வந்திருக்கிறது. காலியாக இருக்கும் மனது சாத்தானின் பட்டறை என்ற பழமொழி மேலை நாடுகளில் பிரபலம். அது தவறு. காலியான மனம் இருப்புநிலையின் தொழில் பட்டறை. காலியாக இருக்கும் மனதிற்குள் சாத்தான் நுழைய முடியாது. மனதில் எண்ணங்கள் இருந்தால்தான் சாத்தான் உள்ளே நுழைய முடியும். காலியாக இருக்கும் மனதில் இருப்புநிலைதான் உள்ளே புக முடியும்.

ரிக்தா என்பது அந்த காலியாக இருக்கும் தன்மையை, வெற்றிடத்தை, சூன்யத்தைக் குறிக்கிறது. இப்படிப் பயிற்சி செய்து பாருங்கள். நீங்கள் நடக்கும்போது அந்த சூன்யம் நடப்பதை உணருங்கள். பேசும்போது அந்த சூன்யம்தான் பேசுகிறது என்பதை உணருங்கள். நேசிக்கும்போது கூட அந்த சூன்யம்தான்

நேசிக்கிறது என்பதை உணர்ந்து பாருங்கள். உள்ளே ஒன்றுமே இல்லை என்பதைத் தொடர்ந்து சிந்தித்துக் கொண்டேயிருங்கள். ஒன்றும் இல்லாமல் இருக்கும் சூன்யம்தான் மனிதனின் இயற்கை.

அந்த நிலை இருப்பு இல்லை. நிகழ்வு இல்லை. வெறுமை இல்லை. அது நிறைவு. பூரணம்.

எனவே முயற்சி செய்யுங்கள். நானும் உங்களுடன் இந்தப் பணியில் இறங்குகிறேன்.

இன்று காலை நீங்கள் ஆற்றிய உரையில் ஒரு விஷயம் மட்டும் எனக்குப் புரியவில்லை. நிறைவும் ஞானமும் பெற்ற ஆன்மா மேலே இருக்கும் தன் வீட்டிற்குச் சென்றுவிடும். அது மீண்டும் பூமிக்கு வர வேண்டியதில்லை என்று சொன்னீர்கள். அதற்கு அடுத்த பிறவி கிடையாது என்றும் சொன்னீர்கள்.

அதுதான் எனக்குப் புரியவில்லை. மேலை நாட்டுச் சிந்தனைகளில் தோய்ந்திருக்கும் என் மனதால் அதைப் புரிந்து கொள்ள முடியவில்லை. சரி அந்த ஆன்மாவிற்கு அதற்குப் பின் என்ன நடக்கிறது? நிறைவும் ஞானமும் பெற்ற ஆன்மா என்ன ஆகிறது?

அது உண்மையென்றால் ஞானம் பெற்ற நீங்கள் எப்படி இங்கே வந்தீர்கள்?

ஏதாவது ஒன்று குறைந்தால்தான் நீங்கள் திரும்பி வருவீர்கள். ஏதாவது ஒன்று பூரணத்துவம் பெறவில்லையென்றால்தான் நீங்கள் மீண்டும் பிறப்பீர்கள். எனவே ஓர் ஆன்மா தன் கடைசிப் பிறப்பில் ஒரு பரிபூரண ஞானியாகத் திகழும்.

என்னிடம் ஏதோ ஒன்று குறைந்ததால்தான் நான் திரும்பி வந்தேன். அந்த ஒன்றையும் இப்போது பெற்றுவிட்டபடியால் இனி நான் வரமாட்டேன்.

நான் இங்கு வரமாட்டேன் என்றால் எனக்கு இருப்புநிலை இல்லாமல் போய்விடும் என்பது பொருள் அல்ல. என்னுடைய இருப்பு நிலை இன்னும் தீர்க்கமாகிவிடும் என்று பொருள்.

இனிமேல் உங்களை ஓர் உடலுக்குள் அடைத்து வைத்துக் கொள்ள முடியாது. உடல் சிறியதாகிவிடுகிறது. நீங்கள் மிகவும் பெரியதாகிவிடுகிறீர்கள். உங்களை உடலுக்குள் கட்டுப்படுத்திவைக்க முடியாது. அதுதான் அந்தப் பரிபூரண நிலைமை.

நீங்கள் முடிவற்ற தன்மையைத் தழுவி நிற்பதால் முடியும் தன்மை உள்ள மனம் உங்களைத் தனக்குள் வைத்துக் கொள்ள முடியாது. ஆனால் ஒரு சிறு குறை இருந்தாலும் நாம் மீண்டும் மீண்டும் இந்த உலகிற்கு வர வேண்டும்.

இந்த உலக வாழ்க்கை ஒரு பள்ளிக்கூடம். இதில்தான் நாம் கல்வி கற்க முடியும். இங்குதான் நாம் ஒழுக்கத்தைக் கற்றுகொள்ள முடியும் இங்குதான் நமக்குத் தேவைஃபான பயிற்சி கிடைக்கிறது. உங்கள் கல்வி நிறைவு பெற்றவுடன் நீங்கள் பள்ளியிலிருந்து வெளியேற்றப்படுவீர்கள். அதன்பின் பள்ளியில் இருப்பதால் எந்தப் பயனும் இல்லையே!

ஒரு ஞானி தன்னுடைய கடைசிப் பிறவியில்தான் மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்ய முடியும். அதன்பின் அவனால் உங்களுக்கு உதவ முடியாது. அதன்பின் அவன் ஆவியாகி எங்கும் பரந்திருக்கும் அந்த முடிவின்மையுடன் இரண்டறக் கலந்துவிடுகிறான். ஒரு சில வருடங்களுக்குத்தான் உங்களுக்கு ஒரு ஞானியிடம் பயிலும் வாய்ப்பு கிடைக்கிறது.

நீங்கள் ஞானம் பெறவில்லையென்றால் உங்களால் மக்களுக்கு உதவ முடியாது. நீங்கள் ஞானம் பெற்றுவிட்டால் ஒரு சில வருடங்களுக்கு மட்டுமே மற்றவர்களுக்கு உதவ முடியும். ஏனென்றால் இதுதான் உங்களின் கடைசிப் பிறவி.

என்னை முன்னேற்றிக் கொள்ள நான் பல விஷயங்களைக் கவனித்துச் சீர்திருத்த வேண்டியிருக்கும் என்று தோன்றுகிறது.. இதில் எனக்கு உதவ ஏதாவது அறிவுரை சொல்ல முடியுமா?

முன்னேற்றத்திற்காக எல்லாரும் கடுமையாக உழைக்க வேண்டும். ஏனென்றால் யாருமே பூரணத்துவத்துடன் வருவதில்லை. பூரணத்துவம் பெற்றுவிட்டால் அதன்பின் நீங்கள் திரும்பி வர மாட்டீர்கள்.

செய்ய வேண்டியது நிறைய இருக்கிறது. கடுமையான உழைப்பு தேவைப்படுகிறது. ஆனால் செய்ய முடியாதது என்று எதுவும் இல்லை. சில சமயம் அதில் படும் கஷ்டத்தைப் பார்த்து நீங்கள் நம்பிக்கை இழப்பீர்கள். அந்தக் கணங்களில் நீங்கள் ஒரு மிகப்பெரிய முயற்சியில் ஈடுபட்டிருக்கிறீர்கள் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். மனித முன்னேற்றம் என்பது சுலபமான காரியமல்ல.

அது கடினமாக இருப்பது நல்லதுதான். அப்படி இல்லையென்றால் 'இது என்ன சாதாரண காரியம்.. எனக்கு இதெல்லாம் ஜுஜுபி' என்று சொல்லிவிட்டு அதைச் செய்யாமலேயே இருந்துவிடுவார்கள். ஆன்மிக வளர்ச்சி சுலபமாகக் கிடைத்தால் அது மலிவாகக் கிடைத்தால் அதற்காக நீங்கள் கஷ்டப்பட வேண்டாம் என்ற நிலையிருந்தால் அதை சிரமப்பட்டு சம்பாதிக்க வேண்டும் என்ற நிலையில்லாமல் இருந்தால் அது செல்லாக்காசாகிவிடும். அதில் எவ்வளவு கஷ்டம் இருக்கிறதோ அந்த அளவிற்கு அதற்கு மதிப்பு இருக்கும்.

பயணம் நெடிதாக இருக்க இருக்க ஓய்வும் ஆழமாக இருக்கும். நீங்கள் இலக்கை அடையும்போது அதற்காக நீங்கள் எவ்வளவு நேரம் காத்திருந்தீர்களோ அந்த அளவிற்கு உங்களுக்கு நிறைவு உண்டாகும்.

இதற்கு எந்தக் குறுக்கு வழிகளும் கிடையாது. அப்படியிருந்தாலும் அவை ஆபத்தானவையாகவே இருக்கின்றன. அவை உங்களை மயங்கச் செய்யும். உங்களைத் திசை திருப்பும்.

ஆன்மிக வளர்ச்சிக்கு எளிய குறுக்கு வழிகள் எதுவும் கிடையாது. உரிய வழியின் தூரமும் அதில். படும் சிரமங்களும் உங்கள் வளர்ச்சியின் ஒரு பகுதியாகும். நீங்கள் சிரமத்தைத் தவிர்க்க வேண்டும் என்று நினைத்தால் வளர்ச்சியும் தவிர்க்கப்படும்.

பல விஷயங்கள் நடக்கப் போகிறது. நீங்கள் அவற்றுக்குத் தயாராக இருக்க வேண்டும். தியானம் செய்யத் தொடங்குங்கள். உங்கள் தியானத்தில் உங்களுடைய மொத்த சக்தியையும் கொண்டு வாருங்கள். இதற்கு எதற்கு இவ்வளவு சக்தி என்று ஒரு பகுதியை நிறுத்தி வைக்காதீர்கள். சாமர்த்தியமாகச் செயல்படாதீர்கள்.

மனம் சாமர்த்தியமானது. அதுதான் பிரச்சினையே. அது எந்தப் பாதையிலும் பாதி தூரம்தான் போகும். பின்வாங்க ஒரு காலைத் தயாராக வைத்திருக்கும். நிலைமை கட்டுக்கு மீறிப் போனால் உங்களால் எதையும் மாற்றியமைக்க முடியவில்லை யென்றால் மனம் பின்வாங்கத் தயாராகும்.

பின்வாங்கத் தயாராக இருந்தால் உங்களால் உள்ளே போக முடியாது. அங்கே இரண்டு கால்களுடனுடன்தான் நுழைய வேண்டும். உள்ளே ஒரு கால் வெளியே ஒரு கால் என்பது அங்கு நடக்காது. பகுதி பகுதியாக உள்ளே போக முடியாது. மொத்தமாகத்தான் உள்ளே நுழைய வேண்டும்.

இதை நன்றாக மனதில் கொள்ளுங்கள். உங்கள் தியானம் முழுமையாக இருக்கட்டும். ஒவ்வொரு நாளும் அந்த முழுமையும் அதிகமாகும். தீவிரமாகும். ஒவ்வொரு நாளும் இன்னும் அதிக சக்தி வருவதை உணர்வீர்கள். இன்னும் சக்தியின் ஒரு பகுதியைப் பிடித்து வைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதை உணர்வீர்கள். அதனால் அதற்குள் முழுமையாகச் செல்லுங்கள்.

பலர் இலக்கை நெருங்கும் போது வழியைத் தொலைத்து விடுகின்றனர். பல நேரங்களில் நீங்கள் ஏறக்குறைய உங்கள் இலக்கை அடைந்திருப்பீர்கள். என்றாலும் வெகு தொலைவில் இருப்பீர்கள். இவையெல்லாம் ஒரு நொடிக் காட்சிகள். இதைத்தான் ஜப்பானியர்கள் ஸடோரி என்று அழைக்கிறார்கள். நீங்கள் அடையப் போகும் நிலைக்கு ஒரு சிறு முன்னோட்டம் கிடைக்கும். சிறு முன்னோட்டம்தான் என்றாலும் அது உங்களுக்குத் துணிச்சலைக் கொடுக்கும். ஆமாம் அந்த இலக்கு இருக்கிறது. சத்தியம் இருக்கிறது. நீங்கள் இருட்டில் துழாவிக் கொண்டிருக்கவில்லை என்று உணர்வீர்கள். நம்பிக்கை பிறக்கும். சில நேரங்களில் இதுபோல் ஆயிரக்கணக்கான முன்னோட்டங்கள் - ஸடோரிகள் - கிடைக்கும். போகப் போக இந்த முன்னோட்டங்கள் இன்னும் தெளிவாக ஆரம்பிக்கும். ஒவ்வொரு முன்னோட்டமும் உங்களை உங்கள் இலக்கிற்கு அருகில் கொண்டுபோய்ச் சேர்க்கும். நீங்கள் இலக்கிற்கு அருகே அருகே செல்வீர்கள். திடீரென்று ஒரு நொடியில் நீங்கள் மறைந்துவிடுவீர்கள். இலக்கு மட்டும் இருக்கும். அதைத்தான் நாம் சமாதிநிலை என்கிறோம். இதுதான் மனித

முயற்சியின் உன்னத லட்சியம். இதுதான் உணர்வு நிலையின் உச்சம். ஆனால் அதற்குக் கடுமையாக உழைக்க வேண்டும். அதை இன்றே இப்போதே தொடங்குங்கள்.

நீங்கள் பலமுறை குருதேவரின் அவசியத்தை எங்களுக்கு உணர்த்தியிருக்கிறீர்கள். ஆனால் நீங்கள் ஒரு குருதேவரின் உதவியில்லாமல் ஞானம் பெற்றவர் என்று கேள்விப்படுகிறேன். அது எப்படி சாத்தியம்? அப்படி குருதேவர் இல்லாமல் நீங்கள் ஞானம் பெற்றீர்களென்றால் உங்கள் ஞானம் என்ன உயர்ந்த வகையைச் சேர்ந்ததா? குருமுகமாகப் பெறும் ஞானத்தைக் காட்டிலும் உங்கள் ஞானம் என்ன உயர்ந்ததா?

ஞானத்தில் உயர்வென்றும் தாழ்வென்றும் இல்லை. நீங்கள் எப்படி நுழைகிறீர்கள் என்பது முக்கியமில்லை. வீட்டின் முன்கதவு வழியாகவும் நுழையலாம். இல்லை பின் கதவு வழியாகவும் நுழையலாம்.

வீட்டின் எஜமானனைப்போல் நுழையலாம். இல்லை ஒரு திருடனைப் போல் நுழையலாம். நுழையும் வழியில்தான் வேறுபாடுகள் இருக்கின்றன. வீட்டிற்குள் நுழைந்ததும் அந்த வேறுபாடுகள் மறைந்துவிடுகின்றன.

குருதேவர் இல்லாமலும் ஞானம்பெற முடியும். ஆனால் அதற்கு நீங்கள் இன்னும் அதிகமாகப் போராட வேண்டியிருக்கும். அதில் இன்னும் அதிகமான அபாயம் இருக்கிறது. அதற்குப் பொறுமையும் அசாத்தியத் துணிச்சலும் வேண்டும்.

நீங்கள் மற்றவர்கள் உதவியை நாடவில்லையென்றாலும் ஒருநாள் இல்லாவிட்டால் ஒரு நாள் ஞானம் பெறுவீர்கள். தட்டித் தடுமாறி, தடவித் தடவிப் பல பிறவிகள் பாடுபட்டு ஒரு நாள் வீட்டின் கதவைக் கண்டுபிடிப்பீர்கள். அதில் எந்த சந்தேகமும் இல்லை. அப்படித்தான் பலரும் செய்திருக்கிறார்கள். ஆனால் அதைக் கண்டுபிடித்தபின் மற்றவர்களுக்கு வழி காட்டலாமே! அவர்கள் பயணத்தை இன்னும் கொஞ்சம் எளிதாக்கலாமே!

உங்கள் பயணம் கரடு முரடான பாதையில் இருந்திருக்கலாம். அடுத்தவர்களுக்கு நீங்கள் அதை எளிதாக்கலாமே! சில குறிப்புகள் தரலாமே! நீங்கள் வழிகாட்டியாக இருக்கலாமே!

ஒன்றை மட்டும் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும் உங்கள் குருதேவர் உங்களை உண்மையின் பாதையில் அழைத்துச் செல்வதில்லை. எதெல்லாம் உண்மையில்லையோ அவற்றைத் தவிர்க்கும்படி சொல்வார் குருதேவர். யாராலும் உண்மையைச் சுட்டிக் காட்ட முடியாது. அது வெளியே எங்கோ ஓர் இடத்தில் இருக்கும் ஒரு பொருள் அல்ல. அது உங்கள் முயற்சியால் உருவாகும் ஒரு நிலை. உங்கள் உண்மை உங்களுக்குள் பிறக்க வேண்டும். இருட்டில் எப்படித் தடவித் தடவிப் பொருள்களைக் கண்டுபிடிப்பது என்று குருதேவர் சொல்வார்.

அவரால் உண்மையைச் சுட்டிக்காட்ட முடியாது. ஆனால் உண்மையில்லாதவற்றைச் சுட்டிக் காட்ட முடியும். உண்மையான ஒரு கதவு என்று அவர் சொல்ல மாட்டார். ஆனால் பொய்யான ஆயிரம் கதவுகள் எவை எவை என்று தெளிவாகச் சொல்வார். இதைத் தவிருங்கள் இதைத் தவிருங்கள் என்று ஆயிரம் தவறான வழிகளில் நீங்கள் போவதைத் தடுப்பார்.

இதைத்தான் உபநிஷத்துக்கள் நேதி என்று அழைக்கின்றன. ந+இதி = நேதி. இது இல்லை. இது உண்மையில்லை என்றுதான் குருதேவரால் சொல்ல முடியும். உண்மையில்லாதவற்றைத் தவிர்த்துக் கொண்டே வருவார் குருதேவர். கடைசியில் உண்மையானது மட்டும் மிஞ்சும். அதை நீங்கள்தான் உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும்.

ஒரு குருதேவர் இப்படித்தான் உங்களுக்கு உதவி செய்ய முடியும். சிலர் தாங்களாகவே போராடி ஞானம் பெறுகிறார்கள். மறுப்பதற்கில்லை. ஆனால் உங்களைப் பார்த்தால் அப்படிப்பட்ட ஆளாகத் தெரியவில்லை. நீங்கள் அப்படிப்பட்டவராக இருந்திருந்தால் என்னைத் தேடி வந்திருக்க மாட்டீர்களே! நான் யாரிடமும் போய் இப்படிக் கேள்வி கேட்கவில்லையே!

தானாக ஞானம் பெற வேண்டும் என்று நினைப்பவனிடம் யாரும் எதுவும் சொல்ல முடியாது. ஒரு குருதேவர் அவனிடம் போய் உண்மையைச் சொல்ல நினைத்தாலும் அவன் காதுகளைப் பொத்திக் கொள்வான். “சொல்லாதீர்கள். நானே தேடிக் கண்டுபிடித்துக் கொள்கிறேன்” என்று குருதேவரை விரட்டிவிடுவான்.

ஆரம்பத்தில் இந்த வகை ஆசாமிகள் அகங்காரம் பிடித்தவர்களைப் போல் தோன்றுவார்கள். ஆனால் உண்மை அது இல்லை,. அது அவர்கள் வழி. அவ்வளவுதான். தாங்களாகவே உண்மையைத் தேட வேண்டும் என்று நினைக்கிறார்கள். யாரிட மிருந்தும் உண்மையைக் கடன் வாங்கக்கூடாது என்று நினைக்கிறார்கள். அவர்களிடம் அகங்காரம் இல்லை. பணிவு இருக்கிறது. காலம் விரயமாவதைப் பற்றி அவர்கள் கவலைப்படுவதில்லை. பல ஜன்மங்கள் காத்திருக்கவேண்டுமே என்பதைப் பற்றியும் அவர்கள் கவலைப்படுவதில்லை. அவனுக்கு ஞானம் பெற வேண்டும் என்ற அவசரம் இல்லை. அவனுடைய பொறுமை எல்லையற்றது.

ஆனால் பார்க்க அகங்காரம் பிடித்தவனைப் போல் தோன்றுவான். அவனால் சரணடைய முடியாது என்பதில்லை. அவன் சரணடைந்துவிட்டான். ஆனால் இதுதான் அவன் சரணடையும் வழி.

ஆனால் சில பேருக்கு இது பொருந்தாது. அவர்கள் சரணடைய யாராவது வேண்டும்., அவர்களுக்கு உதவி செய்ய வேறு யாராவது வேண்டும். இதனால் அவர்கள் பலவீனமானவர்கள் என்றோ தாழ்ந்தவர்கள் என்றோ நினைக்கக் கூடாது. மனிதர்களில் பல வகை. அதில் இவர்கள் ஒரு வகை அவ்வளவுதான்.

அதனால்தான் சொல்கிறேன். உங்களால் குருதேவர் இல்லாமல் ஞானம் பெற முடியாது. இல்லாவிட்டால் நீங்கள் இங்கே வந்திருக்கவே மாட்டீர்களே. அதனால் நேரத்தை வீணாக்காதீர்கள்.

உங்களுக்கு ஏற்ற ஒரு குருதேவரைப் பார்க்க முடிந்தால் உடனே அவரிடம் சரணடையுங்கள். அவர் உங்களுக்கு உதவி செய்ய அனுமதியுங்கள். இதைப் பற்றி யோசியுங்கள். நல்லது.

என் காதலன் இப்போதெல்லாம் என்னிடம் சரியாகப் பேசுவதில்லை. அவன் உங்களுடன் நெருக்கமாகிவிட்டான். ஆனால் என்னை விட்டு விலகிப் போய்க் கொண்டிருக்கிறான். அவன் என்னைத் தவிர்க்கிறானோ என்று அஞ்சுகிறேன். இந்தக் காதல் உறவை நான் தொடரட்டுமா வேண்டாமா என்று எனக்குத் தெரியவில்லை.

மனிதர்கள் தனியாக இருக்கும்போது அவர்களுக்குத் தனிமை சலித்துவிடுகிறது. அவர்கள் வருத்தமாக இருக்கிறார்கள். ஆனல் அமைதியாக ஒன்றும் பேசாமல் இருக்கிறார்கள். அவர்கள் வாழ்க்கையில் ஒரு கிளர்ச்சி இல்லை.

அதனால் அவர்கள் துணை தேடுகிறார்கள். உறவைத் தேடுகிறார்கள். காதல் வசப்படுகிறார்கள். அவர்கள் எதிர்பார்த்த கிளர்ச்சி கிடைக்கிறது. என்றாலும் கூடவே சில பிரச்சினைகளும் வருகிறது. கோபம், சண்டை பொறாமை போன்ற ஆயிரத்தியோரு பிரச்சினைகள்.

இப்போது தனியாக இருந்தபோது இருந்த வருத்தம் மறைந்து போய் அதன் இடத்தில் கோபம் தோன்றுகிறது. இரண்டு உணர்ச்சிகளுக்கும் மூலமாக இருப்பது ஒரே சக்திதானே! அடக்கி வைக்கப்பட்ட கோபம்தான் வருத்தம். தனியாக இருக்கும்போது உங்களால் கோபத்தைக் காட்ட முடியாது. அதனால் அதனை அடக்கி வைக்கிறீர்கள். அது வருத்தமாக வெளிப்படுகிறது. அதேபோல் அடக்கி வைக்கப்பட்ட வருத்தம்தான் கோபமாக வெளியே வருகிறது. இந்த நுட்பத்தை நீங்கள் முதலில் புரிந்து கொள்ளவேண்டும்.

காதலில் நீங்கள் அமைதியாக இருந்தாலொழிய காதல் உங்கள் பிரச்சினைகளைத் தீர்க்காது. உங்களிடம் உள்ளபடியே மகிழ்ச்சி இல்லையென்றால் அடுத்தவரிடம் உறவு கொள்வதால் மட்டும் அடுத்தவரைக் காதலிப்பதால் மட்டும் நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக இருக்க முடியாது. உங்களிடம் மகிழ்ச்சி இல்லையென்றால் நீங்கள் உறவைத் தேடிப் போகாமல் தனியாக இருப்பதே நல்லது.

இதுதான் வாழ்க்கையில் எப்போதும் நடக்கிறது. வாழ்க்கையில் சந்தோஷம் இல்லாதவர்கள் ஒரு காதல் உறவை நாடுகிறார்கள். அதனால் அவர்களுக்கு சந்தோஷம் கிடைக்கும் என்ற நப்பாசை அவர்களுக்கு இருக்கிறது. ஆனால் உண்மை நிலை அதுவன்று.

தனியாகச் சந்தோஷமாக இல்லாதவர்களால் அடுத்தவருடன் சேர்ந்து சந்தோஷமாக இருக்க முடியாது. அடுத்தவருடன் சேர்ந்து இருக்கும்போது உங்கள் வருத்தம் இன்னும் தீவிரமாக இருக்கும்.

சேர்ந்து இருப்பதால் மட்டும் உங்கள் துக்கம் மறைந்துவிடாது.. உங்கள் துக்கத்தை நீங்கள் உதறித்தள்ள வேண்டும்.

உங்களுடன் ஒருவர் சேர்ந்து இருக்கிறார் என்றால் அந்த உறவில் அவர் மகிழ்ச்சியைத் தேடுகிறார் என்பதைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். ஒவ்வொருவரும் தங்களுடைய சந்தோஷத்தையே தேடிக்கொண்டிருக்கிறார்கள். ஆனால் நீங்கள் காதல் வயப்படும்போது உங்கள் காதலர் உங்கள் சந்தோஷத்திற்காகத்தான் பாடுபட்டுக் கொண்டிருக்கிறார் என்ற மாயத் தோற்றத்தை வளர்த்துக் கொள்கிறீர்கள். அவர் ஏன் அப்படிச் செய்ய வேண்டும்?

நீங்கள் இருவரும் உங்கள் உறவில் சந்தோஷத்தைக் கொண்டுவந்தால் இந்தக் காதல் அழகியதாக இருக்கும். இல்லாவிட்டால் ஒரு நாள் இல்லாவிட்டால் ஒரு நாள் இந்தக் காதல் பிரிவில்தான் முடியும். காதல் தொடங்கும்போது சந்தோஷமாக இருக்கிறது. காதலனும் காதலியும் தங்களைத் தாங்களே ஏமாற்றிக் கொண்டிருக் கிறார்கள். அது அவர்களுக்குத் தெரியாது. அழகான முகம் மட்டுமே அங்கே தெரிகிறது. சிலகாலம் கழித்து ஒருவருக்கு ஒருவர் நன்றாகப் பழகியபிறகுதான் அடுத்தவரின் அசிங்கமான முகம் தெரிய ஆரம்பிக்கிறது. அப்போதுதான் கசப்பான நிஜம் உங்கள் முன் தலைவிரித்து ஆடுகிறது. எல்லாமே தப்புத் தப்பாக நடக்கிறது.

உங்கள் உணர்ச்சிகளை அடக்கி வைக்காமல் வெளியே கொட்ட வேண்டுமென்றால் அறைக்கதவைச் சாத்திக் கொண்டு தலையணையில் முகம் புதைத்து நன்றாக வாய்விட்டு அழுங்கள். அதற்காக ஏன் ஓர் அழகான உறவை அழிக்க வேண்டும்?

ஒவ்வொருவரும் தங்கள் சந்தோஷத்தைத்தான் தேடிக்கொண்டிருக் கிறார்கள். அதில் எந்தத் தப்பும் இல்லை. சந்தோஷமாக இருக்க அவரவர் சந்தோஷத்தை அவரவர்களே தேடிக்கொள்வது ஒன்றுதான் வழி. நீங்கள் சேர்ந்து இருக்கும்போது அடுத்தவருக்கு உங்களாலான உதவிகளைச் செய்யலாம்.

உறவு உங்களைக் காயப்படுத்துகிறது என்றால் அதனை விட்டு விலகுங்கள். ஆனால் பிரச்சினை இந்த உறவில் மட்டும் இல்லை. இந்தக் காதலனிடம் மட்டும் இல்லை. எல்லா உறவுகளிலும்

எல்லாக் காதலர்களிடமும் இதே பிரச்சினைதான் இருக்கப் போகிறது. அதனால் பிரச்சினையை எதிர்கொள்ளுங்கள். உங்கள் காதலனுடன் மனம்விட்டுப் பேசுங்கள்.

நமது அனுபவங்களிலிருந்து நாம் பாடம் படிக்க வேண்டும். எதுவும் தீமையில்லை. எல்லாமே ஒரு வகைக் கற்றல்தானே!

அரிகா முறை என்பதைப் பற்றி மூன்று நாள் பயிற்சியைத் தொடங்க இருக்கும் எட்டுப் பேரிடம் ஓஷோ பேசுகிறார்.

நீங்கள் உங்கள் வேலையைத் தொடங்குமுன் இரண்டு மூன்று விஷயங்களைச் சொல்ல விரும்புகிறேன்.

ஒன்று: உங்கள் பயிற்சி எதுவாக இருந்தாலும் அதனுள் உங்கள் அன்பைக் கொண்டு வாருங்கள். உங்கள் வழியில் உத்திகள் நன்றாகத்தான் இருக்கின்றன. ஆனால் அவற்றில் அன்பில்லை. உத்திகளின் அடிப்படையில் பயிற்சி இருந்தால் அன்புதான் இருப்பதிலேயே பெரிய உத்தி என்பதை மறந்துவிடுவீர்கள். மற்றவை எல்லாம் இரண்டாம் பட்சம்தான். அவை உதவலாம். ஆனால் எதுவுமே அன்புக்கு மாற்றாக இருக்கமுடியாது.

அதனால் வெறும் உத்திகளையும் தொழில் நுட்பத்தையும் மட்டுமே நம்பாதீர்கள். இவற்றால் சிறிதளவு உதவி செய்யமுடியும். கடைசிவரை உதவ முடியாது. சீக்கிரத்தில் உத்திகள் முடிந்துவிடும். அன்பு என்றுமே நிலைத்து நிற்கும்.

அதனால் ஒவ்வொரு உத்தியும் உங்கள் அன்பை மக்களுக்குத்தாங்கிச் செல்லும் வாகனமாக இருக்க வேண்டும். உத்தி முடிந்தவுடன் அன்பு அதன் இடத்தை எடுத்துக்கொள்ளும். இதோடு பயணம் முடிந்துவிட்டது என்ற நிலைக்கு நாம் யாருமே போக முடியாது. பயணம் எப்போதும் தொடர்ந்துகொண்டேதான் இருக்கும்.

மக்களிடம் பணியாற்றும்போது அவர்களை ஒரு கருவியாக நினைக்காதீர்கள். மனிதனுக்குத்தான் உத்தியே தவிர உத்திக்காக மனிதன் இல்லை. இதை எப்போதும் நினைவில் கொள்ளுங்கள். உங்கள் மனம் இந்த அடிப்படை உண்மையை மறந்துவிடும் வாய்ப்பு இருக்கிறது. மனம் எப்போதும் உத்திகளையே நம்பும். அன்பை நம்பாது. நாம்தான் கவனமாக இருக்க வேண்டும்.

மக்களுக்கு உதவுங்கள் வேண்டாமென்று சொல்லவில்லை. ஆனால் விழிப்புணர்வுடன் செயல்படுங்கள். எவ்வளவு முடியுமோ அவ்வளவு அன்பும் அக்கறையும் காட்டுங்கள். மேலை நாடுகளில் பயன்படுத்தப்படும் சில உத்திகள் ஓர் எல்லை வரை சென்று நின்றுவிடுகின்றன. ஆனால் இங்கே அப்படியில்லை. அவை தொடர்ந்து செயல்பட்டுக் கொண்டேயிருக்கின்றன. அதனால் உங்கள் பயிற்சியில் அதிக அளவில் அன்பைக் கலந்து கொள்ளுங்கள்.

இன்னொன்று உங்கள் பயிற்சியை ஒரு வழிபாட்டுணர்வுடன் தொடங்கி அதே வழிபாட்டுணர்வுடன் நிறைவு செய்யுங்கள். முதலில் செய்யும் வழிபாடு உதவியைக் கேட்பதற்காக. கடைசியில் நடக்கும் வழிபாடு நன்றி சொல்வதற்காக. எப்போதும் இருப்புநிலையிடம் உதவி கேளுங்கள். ஏனென்றால் மனிதனால் அந்த உதவியில்லாமல் எதுவும் செய்யமுடியாது. இதை மனதில் கொண்டால் தோல்வியடைபவனை ஒரு நாளும் வெறுத்து ஒதுக்க மாட்டீர்கள்.

உத்திகளை வைத்து வேலை பார்க்கும்போது மனிதன் மட்டும் போதுமே! இறைவன் எதற்கு? இருப்புநிலை எதற்கு? என்று உங்களுக்குத் தோன்றும். அது மாபெரும் தவறு.

அப்படித்தான் யோகப் பயிற்சியில் கடவுளை விட்டுவிட்டார்கள். பதஞ்சலியின் யோக சூத்திரங்களில் ஒரே ஒரு முறைதான் கடவுள் என்ற சொல் வருகிறது. அதுவும் ஓர் உத்தியாகத்தான் வருகிறது. கடவுளிடம் சரணடைந்தால் - இங்கே கூட கடவுள் இருக்கிறார் என்று உறுதியாகச் சொல்லவில்லை. சரணடைய ஒரு சாக்குப் போக்கு சொல்கிறார்கள் - உங்களுக்கு உதவியாக இருக்கும். யோகப் பயிற்சியில் கடவுளுக்கு இடமேயில்லை. யோகா என்ற சொல்லுக்கு உத்தி என்றுதான் பொருள். உத்தி என்று வந்துவிட்டால் மனிதனே போதும் மகாதேவன் எதற்கு என்ற எண்ணம் வந்துவிடும்.

பயிற்சியை மௌனத்துடன் தொடங்குங்கள். பயிற்சியாளரும் பயில்பவர்களும் சேர்ந்து மௌனமாக இருங்கள். பயிற்சியாளர் மாணவர்களைவிடத் தான் உயர்ந்தவர் என்று நினைத்துக் கொள்ளக் கூடாது. பயிற்சியாளர் - பயில்பவர் இருவருமே வளர்ச்சியின் இரு பகுதிகள். பயிற்சியாளரும் பல விஷயங்களைக் கற்கப் போகிறார்.

ஆசிரியர்களாக இல்லாமல் உதவியாளர்களாக இருங்கள் தலைவர்களாக இல்லாமல் சக பயணிகளாக இருங்கள். அவர்களைவிட நீங்கள் புனிதமானவர்கள் என்று ஒருபோதும் எண்ணாதீர்கள். அப்போதுதான் அந்தப் பயிற்சியால் பயன் விளையும். இந்தியாவின் உபநிஷத்துக்கள் எல்லாமே ஒரு வழிபாட்டுப் பாடலோடுதான் தொடங்குகின்றன. அந்த வழிபாட்டுப்பாடலை குருவும் சீடர்களும் சேர்ந்தே பாடுவார்கள். குருவும் சீடர்களும் பாதையைவிட்டு விலகிச் செல்லாமல் இருக்க வேண்டும் என்று முதலில் இறைவனை வேண்டிக் கொள்வார்கள்.

மூன்றாவதாக ஓர் உத்தி ஒருவரிடம் பலிக்கவில்லையென்றால் அவரை வற்புறுத்தாதீர்கள். ஏனென்றால் எல்லா உத்திகளும் எல்லாருக்கும் பலிப்பதில்லை. முயற்சி செய்து பாருங்கள் உத்தி பலிக்கவில்லையென்றால் அந்த மனிதரிடம் ஏதோ குறை இருக்கிறது என்ற எண்ணத்தை உருவாக்காதீர்கள். இந்த உத்தி உங்களுக்குப் பொருத்தமாக இல்லை என்று மட்டும் சொல்லுங்கள். அதில் எந்தத் தவறும் இல்லை.

மாணவர்களிடம் தோல்வி மனப்பான்மையை உருவாக்காதீர்கள். அந்த மனப்பான்மை வந்துவிட்டால் அந்த மனிதன் பின் உண்மையிலேயே வாழ்க்கையில் தோல்வியடைந்துவிடுவான்.

அவனை நீங்கள் வற்புறுத்த ஆரம்பித்தால் ஒன்றும் நடக்காது. இதெல்லாம் நமக்கில்லை விசேஷமான சக்தி உடைய சிலருக்கு மட்டுமே இது நடக்கும் நமக்கு இந்த உத்தி எந்தவிதத்திலும் பயன்படாது. நாம் ஒரு சராசரி ஆள்தானே! நாம் சாமானியன்தானே! இதெல்லாம் எப்படி உள்ளே போகும்? என்று நினைக்கத் தொடங்கிவிடுவான். இந்த சிந்தனை வந்துவிட்டால் அவன்மேல் ஒரு பெரிய பாறாங்கல் விழுந்ததுபோல் அப்படியே நசுங்கிவிடுவான். இன்று உலகில் பல ஆசிரியர்கள் இதே தப்பைத்தான் செய்து கொண்டிருக்கிறார்கள். மக்களுக்கு உதவுவதற்குப் பதிலாக இடைஞ்சல் தருகிறார்கள். அதனால் யாரையும் திட்டாதீர்கள். ஒதுக்காதீர்கள். அப்படிச் செய்தால் அந்த மனிதனின் வளர்ச்சிக் கதவுகளை நிரந்தரமாக மூடிய பழி உங்கள்மேல் விழுந்துவிடும்.

இந்த மூன்று நாள் பயிற்சியில் நீங்கள் உங்களிடம் பயில்பவர்களுக்கு என்ன கொடுக்க முடியும்? பயிற்சியின் முடிவில் மாணவன் நம்பிக்கையோடு வெளியே வர வேண்டும். தன்னைப் பற்றிய நம்பிக்கை, தான் அடியெடுத்து வைப்பது சரியான பாதையில்தான் என்ற நம்பிக்கை., இது நமக்கு நடக்கும் என்ற நம்பிக்கை, நாம் வளர்வோம் என்ற நம்பிக்கை அவனுள் மலர வேண்டும். அப்படிச் செய்தால் நீங்கள் அவனுக்கு ஓர் அழகான பொக்கிஷத்தைக் கொடுத்தவர்களாவீர்கள்.

ஆனால் பயிற்சி முடிவில் நான் தோற்றுவிட்டேன் நான் எதற்கும் லாயக்கில்லாதவன் என்ற உணர்வோடு அவன் எழுந்து வெளியே சென்றால் நீங்கள் அவனுக்கு மிகப் பெரிய துரோகத்தைச் செய்திருக்கிறீர்கள் என்று பொருள்.

இங்கே உங்களுடன் எனக்குக் கிடைத்த அனுபவங்களை நான் எப்படி என் வேலையில் பயன்படுத்த முடியும்? இங்கே தியானத்தில் கிடைக்கும் அனுபவங்கள் நான் இன்னும் சிறப்பாகப் பணி செய்ய உதவுமா? திரைப்படம் தயாரிப்பதுதான் என் தொழில்.

நீங்கள் புதியவராக இருந்தால்தான் உங்கள் வேலையில் புதுமையைக் கொண்டுவர முடியும். உங்கள் வேலை என்பது உங்களுடைய ஒரு வெளிப்பாடுதானே! உங்கள் வேலை என்பது எப்போதுமே உங்களைவிட ஒரு படி குறைவாகத்தான் இருக்கும். அது எந்தக் காலத்திலும் உங்களைவிடப் பெரியதாக இருக்க முடியாது. நீங்கள் எப்படி இருக்கிறீர்களோ அப்படித்தான் உங்கள் வேலையும் இருக்கும் உங்கள் வேலை உங்களுடைய பிரதிபலிப்பு. நீங்கள் ஏமாற்ற முடியாது. நீங்கள் ஏமாற்றினால் உங்களுக்குள் ஓர் ஏமாற்றுக்காரர் இருக்கிறார் அவர் உங்கள் வேலையில் வெளிப்படுகிறார் என்றுதான் பொருள்.

உங்கள் வேலைக்குப் புதிய பரிமாணங்களைக் கொண்டுவாருங்கள் என்று சொல்லும்போது உங்களுக்குள்ளும் அதே புதிய பரிமாணங்களைக் கொண்டு வாருங்கள் என்றுதான் சொல்கிறேன். அந்தப் பரிமாணங்கள் உங்களிடம் வந்தாலொழிய உங்கள் வேலையில் வராது. இன்று பலரும் தாங்கள் செய்யும் வேலையில்

புதுமையைப் புகுத்த வேண்டும் என்று துடிக்கிறார்கள். ஆனால் அந்த முயற்சியெல்லாம் படுதோல்வியடைகிறது. செய்யும் வேலையை அப்படியே தொடர்ந்து செய்து கொண்டிருந்தால் அதில் எப்படிப் புதுமை வரப்போகிறது?

ஒரு மனிதன் கவிதை எழுதுகிறான். அதில் ஏதாவது புதுமை செய்ய வேண்டும் என்று நினைக்கிறான். ஆனால் அவன் சொன்னதையே திருப்பித் திருப்பிச் சொல்லிக்கொண்டிருக்கிறான். அங்கே ஒரு புது வார்த்தை. இங்கே ஒரு புது வார்த்தை. படிவத்தில் சில மேலோட்டமான மாற்றங்கள், வரிகளில் சில மாற்றங்கள். மற்றபடி புதுமையாக அசலாக ஒன்றும் இல்லை.

அசலாக என்று சொல்லும்போது யாரும் சொல்லாததைச் சொல்லவேண்டும் என்று சொல்லவில்லை. ஆனால் உங்கள் படைப்பு உங்களை வியக்கவைக்க வேண்டும். அது முற்றுப் பெற்றபிறகுதான் புதிதாக ஒன்று பிறந்திருக்கிறது என்பதே உங்களுக்குத் தெரிகிறது. புதிதான ஒன்று உங்கள்மூலம் ஜனித்திருக்கிறது என்பதை நீங்கள் உணர்கிறீர்கள்.

புதுமை தானாக உங்களுக்குள் நுழைந்தால் அது உங்கள் வேலையில் வெளிப்பட ஆரம்பிக்கிறது. இதுவரை சொல்லாததை நீங்கள் சொல்லத் தொடங்குகிறீர்கள். இதுவரை பாடாததை இப்படிப் பாடுவோம் என்று கற்பனைகூடச் செய்யமுடியாததை நீங்கள் பாடத் தொடங்குகிறீர்கள். இந்தப் புதுமை வெளியே பிரதிபலிக்கும். ஒவ்வொரும் மனிதனுக்கும் இது போல் லட்சக்கணக்கான பரிமாணங்கள் இருக்கின்றன.

மனிதனுக்கு வரம்புகள் இல்லை என்பது உண்மைதான். ஆனால் அவன் எப்போதும் ஏதாவது ஒரு வழியில் தன் சக்திகளை ஒருமைப்படுத்துகிறான். அதில் அதீதத் தேர்ச்சியும் பெறுகிறான். இப்போது அவனிடம் இருக்கும் சக்தி அந்த ஒரு வழியில்தான் போகிறது. இப்போது அவன் மற்ற திசைகளைப் பார்த்து அஞ்சுகிறான். ஏனென்றால் அவை அவனுக்குப் புதியதாகத் தோன்றுகின்றன. அவற்றில் அவனுக்கு அவ்வளவாகத் திறமையும் வல்லமையும் இருக்காது. இந்த அச்சம்தான் அவன் ஆற்றலை அழிக்கிறது.

ஒரு படைப்பாளி தவறு செய்வதை நினைத்துப் பயப்படக் கூடாது. மற்றவர்கள் தன்னை எள்ளி நகையாடுவார்களோ என்று அஞ்சக்கூடாது. மற்றவர்கள் கருத்துக்கு அதிக மதிப்பு கொடுக்கக் கூடாது. படைக்க வேண்டும் என்று நினைப்பவன் மற்றவர்கள் கண்ணுக்கு முட்டாளாகவும் துணிய வேண்டும். எல்லாத் துணிச்சலும் முதலில் அசட்டுத் துணிச்சலாகத்தான் தோன்றும். முதலில் நீங்கள் செய்வதைப் பார்த்து மற்றவர்கள் சிரிக்கத்தான் செய்வார்கள். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அவன் படைப்புகளுக்கு அங்கீகாரம் கிடைக்க ஆரம்பிக்கிறது. ஆனால் அந்த நேரத்தில் அந்தப் பரிமாணம் அவனுக்கு அலுப்புத்தட்டி விடுகிறது..

மக்கள் கைத்தட்ட ஆரம்பிக்கும்போது படைப்பவனுக்குத் தன் படைப்பில் ஆர்வம் போய்விடுகிறது. தங்களுக்குத் தெரிந்ததைப் பார்த்துத்தான் மக்கள் கைத்தட்டுவார்கள். படைப்பின் மேன்மை அவர்களுடைய புரிந்து கொள்ளும் ஆற்றலுக்குள் இருந்தால்தான் மக்கள் அதைப் பாராட்டுவார்கள். அது நடக்கும்போது அந்தப் படைப்பு பழையதாகிவிட்டது என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.. அது ஏற்கனவே படைக்கப்பட்டதுதான். அரைத்த மாவுதான் என்பதை நாம் உணர வேண்டும்.

இப்போது அந்தப் படைப்பாளி மீண்டும் அ ஆவிலிருந்து தொடங்க வேண்டும்.. அதனால்தான் ஒரு படைப்பாளி எப்போதுமே ஒரு குழந்தையைப் போன்ற புத்துணர்வோடு இருக்கிறான். எப்போதும் ஒரு கத்துக்குட்டியைப் போலவே இருக்கிறான். எந்த நிமிடத்தில் தான் ஒரு விற்பன்னன் ஆகிவிட்டான் என்று ஒரு படைப்பாளிக்குத் தோன்றுகிறதோ அப்போது அவன் விழித்துக் கொண்டு வேறு பரிமாணத்திற்கு மாற வேண்டும்.

விற்பன்னன் என்பவன் வாழ்ந்து முடித்தவன். பிணம் போல் இருப்பவன். அவனுக்கு ஒரே ஒரு பரிமாணம்தான் உண்டு. ஒரே வழி ஒரே அமைப்பில் எதிர்பார்க்கும்படி எந்தவித ஆச்சரியமும் தராமல் நடப்பான் விற்பன்னன். உங்களிடம் படைக்கும் திறன் இருந்தால் நீங்கள் ஆற்றுப்போக்காக ஓடிக்கொண்டேயிருப்பீர்கள். உங்களுக்கு ஒரு பாதையோ அமைப்போ குணநலனோ எதுவும் இருக்காது.

படைப்புத் திறம் மிக்கவனுக்கு இன்ன இன்ன குணநலன்கள்தான் இருக்கும் என்று யாருமே அறுதியிட்டுச் சொல்ல முடியாது. அவன் நீரைப் போல் ஒரே சமயத்தில் பல பரிமாணங்களில் செயல்படுவான். ஒவ்வொரு திசையிலிருந்தும் அவனுடைய தேடல் இருக்கும். குழந்தையைப் போல் ஆச்சரியத்தால் விரிந்த விழிகளால் இந்த உலகைப் பார்த்துக் கொண்டிருப்பான். பட்டாம்பூச்சிகளைத் துரத்துவான். கூழாங்கற்களைச் சேகரிப்பான்.

அவன் வாழ்க்கையில் ஓர் இடத்தில் வந்து சேர்ந்துவிட்டதாக ஒரு நாளும் நினைக்க மாட்டான். அங்கும் இங்கும் போய்க் கொண்டேயிருப்பான்.

நான் வரவேண்டிய இடத்துக்கு வந்து சேர்ந்துவிட்டேன் என்று ஒருநாளும் நிம்மதிப் பெருமூச்சு விடமாட்டான். அப்படிச் செய்பவர்கள் ஏற்கனவே இறந்து போனவர்கள். அவர்கள் பிணங்கள். தங்கள் கல்லறைகளைச் சுமந்துகொண்டு திரியும் வித்தியாசமான பிணங்கள்.

இதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். உங்களுக்குள் புதுமையைக் கொண்டுவாருங்கள். தியானம் அதற்கு உதவி செய்யும். இங்கே இன்னும் அதிக நாள் தங்க வேண்டும். ஒரு மாதம் போதாது. என்னுடன் இருக்க ஒரு வாழ்நாள் கூடப் போதாது.

ஒரு மாதம்... நிச்சயமாகப் போதாது.

தியானம் செய்யும்போது என் உடலைப் பற்றிய தீவிரமான விழிப்புணர்வு ஏற்படுகிறது. என்னுடைய இடது பக்கமும் வலது பக்கமும் மிகவும் வித்தியாசமாக இருப்பதாக நான் உணர்கிறேன். சிலசமயம் இது என்னைப் பாதிக்கிறது. நான் இரண்டாகக் கிழிந்துபோவது போல் உணர்கிறேன்.

ஒவ்வொருவரின் உடலும் வித்தியாசமானது. அதிலும் வலது பக்கமும் இடது பக்கமும் வித்தியாசமானதாகத்தான் இருக்கும். எல்லாருக்கும் இரண்டு மூளைகள் இருக்கின்றன. இந்த இரண்டு மூளைகளும் தனித்தனியே செயல்படுகின்றன. சிலருக்கு இந்த இரண்டு மூளைகளுக்கிடையே இருக்கும் இடைவெளி அதிகமாக இருக்கும். இதற்காகக் கவலைப்படத் தேவையில்லை. தியானத்தைத் தொடருங்கள். அந்த இடைவெளி குறைந்துவிடும்.

நீங்கள் சில குழுக்களில் பங்கெடுத்துக் கொண்டால் நல்லது. குறிப்பாக தீவிரமாக ஞானம் பெறுதல் குழுவில் சேர்ந்தால் நல்லது. அது உங்கள் வலது பக்கத்திற்கும் இடது பக்கத்திற்கும் இடையே பாலம் கட்ட உதவும். அந்த இடைவெளி உங்கள் உடலில் இல்லை. உங்கள் மூளையில் இருக்கிறது.

சிலசமயம் இடது-வலது பக்கங்களுக்கிடையேயான பாலம் துண்டிக்கப்படுகிறது. சிலர் கீழே விழும்போது இந்தப் பாலம் துண்டிக்கப்படுகிறது. அப்போது அந்த ஒரு மனிதனுக்குள் இரண்டு மனிதர்கள் இருப்பார்கள்.

அதன்பின் உங்கள் இடது கை செய்வது நிஜமாகவே உங்கள் வலது கைக்குத் தெரியாது. உங்கள் இடது கையால் யாரையாவது கொலையே செய்யலாம். அதற்கு உங்கள் வலது கை சாட்சி சொல்லாது. ஒரு மூளை வேலை செய்யும்போது நீங்கள் யாருக்காவது ஏதாவது சத்தியம் செய்து கொடுக்கலாம். பின் அடுத்த மூளை வேலை செய்யும்போது செய்து கொடுத்த சத்தியத்தை முற்றிலுமாக மறந்துவிடுவீர்கள். இது உடலின் பிரச்சினை இல்லை. மூளையின் பிரச்சினை.

இந்தப் பிரச்சினை தீர தியானத்தை நாடுங்கள். தியானம் உங்கள் இரண்டு மூளைகளையும் இன்னும் நெருக்கமாக வைத்திருக்கும்..

இதற்காகக் கவலைப்படாதீர்கள். பயப்படாதீர்கள். சரியா?

* * *

நான் நாடகக் குழுவில் சேர்வது நல்லதா?

நீங்கள் ஈடுபாட்டுடன் இருந்தால் தன்னுணர்வுடன் செயல்பட்டால் நடிப்பு உங்கள் வளர்ச்சிக்கு உதவும். நீங்கள் நீங்களாகவே இருக்கும் அதே சமயத்தில் வேறு ஒருவராக மாறுகிறீர்கள். இதுதான் நடிப்புக் கலையின் சாராம்சம்.

உதாரணமாக முப்பது வெள்ளிக்காசுகளுக்காக ஏசுநாதரை காட்டிக் கொடுத்த ஜூடாசாக நடிக்கும்போது நீங்கள் உங்கள் உண்மைத்தன்மையை இழந்துவிடக்கூடாது. அதே சமயம் அந்த துரோகிபோல் ஒரு பொய் வேஷம் போட வேண்டும். அது மக்கள் நம்பும்படியும் இருக்க வேண்டும். அது பொய்தான்.

என்றாலும் அது அழகாக ஆணித்தரமாகச் சொல்லப்படும் பொய்.. உண்மையைப் போல் இருக்கும். அதற்காக நீங்கள் நிஜ வாழ்க்கையில் அந்தத் துரோகியைப் போல் ஆகிவிடக்கூடாது.

அதுதான் ஒரு வெற்றிகரமான நடிகனுக்கு அடையாளம். பொய் வேஷத்தை உண்மை போல் தோன்றும்படி செய்கிறான். ஆனால் அவன் மனதின் அடியாழத்தில் தான் இதையெல்லாம் பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் ஒரு சாட்சி என்ற உணர்வுதான் மேலோங்கியிருக்கிறது.

இந்த ஞானம் ஆழமாகப் போகும்போது அது வாழ்க்கையிலும் தொடர்கிறது. வாழ்க்கை என்பதே தொடர்ந்து நடக்கும் ஒரு நாடகம்தானே! எங்கோ ஓர் இடத்தில் நீங்கள் கணவனாக இருக் கிறீர்கள். ஓர் இடத்தில் தந்தையாக ஓர் இடத்தில் நண்பனாக மற்றொரு இடத்தில் பகைவனாக ஓர் இடத்தில் பிச்சைக்காரனாக இன்னும் ஓர் இடத்தில் அரசனாக ஓர் இடத்தில் செல்வந்தனாக இன்னொரு இடத்தில் ஏழையாக இருக்கிறீர்கள். இது எல்லாமே வேஷங்கள்தானே!

வாழ்க்கை என்னும் நாடகம் மிகவும் பிரம்மாண்டமானது. நாடக மேடை மிகப் பெரியது. அதில் கணக்கில்லாத நடிக நடிகைகள் இருக்கிறார்கள். என்றாலும் அதுவும் ஒரு நாடகம்தானே!

தொடர்ந்து நீங்கள் கவனித்துக் கொண்டேயிருந்தால் ஒரு நாள்: உங்களுக்குள் நீங்கள் வெறும் சாட்சிதான் என்ற உணர்வு வலுப்பெற ஆரம்பிக்கும். இதைத்தான் இந்தியாவில் சாட்சிபாவம் என்று சொல்கிறார்கள். நீங்கள் எதையும் செய்யவில்லை. செய்யப் படுவதைப் பார்த்துக்கொண்டிருக்கும் சாட்சி மட்டுமே.

எல்லாச் செயலும் நடிப்புதான். நடிப்பிற்கு அப்பால் அதைப் பார்த்துக் கொண்டிருப்பவன் இருக்கிறான். அதுதான் உங்களுடைய இருப்பு. இதுதான் இதில் கவனிக்க வேண்டிய அம்சம். இதனைக் கற்றுக் கொண்டால் எல்லா நாடகமும் நன்றாக, அழகாக விறுவிறுப்பாக இருக்கும். நாடகத்தில் நடியுங்கள். நல்லது.

நான் மிகுந்த குழப்பத்தில் இருக்கிறேன். மேலை நாடுகளுக்குத் திரும்பிப் போகலாம் என்ற எண்ணம் இருக்கிறது. ஆனால் அங்கே எனக்கு எதுவும் இருக்கும்

என்று தோன்றவில்லை. இங்கே இருக்கும் சில சந்நியாசிகள் எனக்கு நண்பர்களாகிவிட்டார்கள். இங்கே என்ன நடக்கிறது என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்ற ஆர்வமும் இருக்கிறது.

இப்போது விட்டுச் செல்வது உங்களுக்கு உதவுமா என்று தெரியவில்லை. ஒரு மாதம் கழித்துக் கிளம்புங்களேன். இந்த ஒரு மாதத்தில் பல விஷயங்கள் தெளிவாகலாம். இப்போதுதான் உங்களுக்குள் சில மாற்றங்கள் தோன்ற ஆரம்பித்திருக்கின்றன; உங்கள் உள்ளுணர்வில் இருக்கும் ஏதோ ஒன்று தெளிவடையத் தொடங்கியிருக்கிறது. இன்னும் சிறிது காலத்தில் நீங்கள் உங்கள் மையத்தில் உறுதி கொண்டுவிடுவீர்கள்.

அதன்பின் நீங்கள் தாராளமாகப் போகலாம். அப்பறம் எதுவும் உங்களை அழிக்க முடியாது - மேலைநாடுகள் கூட.

நீங்கள் உங்கள் உணர்வுநிலையில் மையம் கொண்டுவிட்டால், உங்களைப் பற்றித் தெரிந்து கொண்டுவிட்டால் உங்களை எதுவும் ஏமாற்ற முடியாது. அதன்பின் உலக இன்பங்கள் உங்கள் லட்சியமாக இருக்காது. நீங்கள் உலகியல் பொருள்களைக் கையாளலாம். அவற்றில் இன்பம் துய்க்கலாம். ஆனால் அவற்றைப் பற்றிக் கவலைப்பட மாட்டீர்கள். அவை இருந்தால் நல்லது. இல்லாவிட்டாலும் நல்லது என்ற மனநிலை வந்துவிடும்.

ஆனால் இப்போது கிளம்பினால் ஒரு நல்ல வாய்ப்பை நழுவவிட்டு விடுவீர்கள். இது பலருக்கு நடந்திருக்கிறது. அவர்கள் வளரத் தொடங்கும்போது அவர்களுக்கு இருப்புக் கொள்வதில்லை. மனதில் ஏதோ ஒரு பதற்றம். ஏதோ ஒரு பயம். வந்துவிடுகிறது.

இன்னும் கொஞ்ச நாள் இங்கே இருந்தால் நிஜமாகவே மாறிவிடுவோமோ என்ற பயம் வந்துவிடுகிறது. மனித மனம் எப்போதுமே மாற்றங்களைக் கண்டு அஞ்சுகிறது. அது எப்போதும் பழைய, வசதியான ஏற்கனவே பயன்படுத்திய பாதையையே விரும்புகிறது. புதிய விஷயங்களைக் கண்டு பயப்படுகிறது. ஆனால் புதுமையில்தான் வாழ்க்கையே இருக்கிறது. புதுமையின் வழியில் போனால்தான் நீங்கள் வாழ்க்கையின் புதிய மூலங்களை அறிய முடியும். புது இன்பத்தை உணர முடியும்.

என்னால் உங்களை இங்கே இருக்கச் சொல்ல முடியாது. ஏனென்றால் நீங்கள் இன்னும் சந்நியாசியாகவில்லை. நீங்கள் சந்நியாசியாகிவிட்டால் நான் உங்களுக்கு ஆணைகள் போடமுடியும்.

இப்போது நீங்கள் வெளியாளாகத்தான் இருக்கிறீர்கள். நீங்கள் சந்நியாசம் வாங்கிக் கொண்டால் உங்களை இங்கே இருக்க வேண்டும் என்று அறிவுரை சொல்ல மாட்டேன். ஆணையிடுவேன்.

சந்நியாசம் ஒரு பக்கம் இருக்கட்டும். இப்போதுகூட உங்களுடன் இருப்பதாகவே உணருகிறேன்.

இல்லை. சந்நியாசம் பெறுவது முக்கியமானது. அது ஓர் அடையாளம்.

உதாரணமாக நீங்கள் ஒரு பெண்ணைக் காதலிக்கிறீர்கள் என்று வைத்துக் கொள்வோம். அவள் கையைப் பிடித்துக் கொள்ள வேண்டும். அவள் கன்னத்தில் முத்தமிட வேண்டும் என்று நினைக்க மாட்டீர்களா? அவை எல்லாம் என்ன? உங்கள் மனதில் உணரும் காதலின் வெளிப்பாடுகள். காதலின் அடையாளங்கள். அதை வேறு எந்த வழியிலும் காட்ட முடியாது.

அதுபோல் நீங்கள் என்னிடம் காதல் வயப்பட்டுவிட்டீர்கள் என்பதற்கு அடையாளம் இந்த சந்நியாசம். அதன்பின் நான் உங்கள் சார்பில் உங்கள் வாழ்க்கை முடிவுகளை எடுக்கலாம். அதன்பின் அந்தப் பொறுப்பு எனக்கு வந்துவிடும்.

இப்போது நீங்கள் இன்னும் ஒரு மாதம் இருந்தால் நல்லது என்று மட்டும்தான் சொல்ல முடியும். சில குழுக்களோடு சேர்ந்து இருங்கள்.

ஓரளவு தெளிவு ஏற்பட்டவுடன் நான் உங்களை உலகத்திற்குத் திருப்பியனுப்புகிறேன். யாருமே உலகைத் துறக்கவேண்டும் என்று நான் சொல்லவில்லை. ஒவ்வொருவரும் தங்கள் உலகத்திற்குத் திரும்பிச் செல்ல வேண்டும்- அது எதுவாக இருந்தாலும் சரி. அங்கே சென்று தன் பணிகளைத் தொடர வேண்டும். ஆனால் அதற்குமுன் நீங்கள் உங்கள் மையத்தில் உறுதிகொள்ள வேண்டும். இல்லாவிட்டால் இந்த உலகத்தை உங்களால் சமாளிக்க முடியாது.

எனவே நீங்கள் இங்கே இன்னும் கொஞ்சநாள் இருந்தால் நல்லது. நீங்கள் தயாராக இருந்தால் இப்போதே உங்களுக்கு சந்நியாசம் கொடுக்கிறேன்.

நான் தயாராக இருக்கிறேன்.

நல்லது. கண்களை மூடிக் கொள்ளுங்கள். நான் உங்களுடன் இருக்கிறேன். ஆனந்தம் என்றால் பேருவகை. மூர்த்தி என்றால் உருவம். ஆனந்த மூர்த்தி என்றால் பேருவகையின் உருவம். அந்தப் பெயரையே உங்களுக்குச் சூட்டுகிறேன். நீங்கள் அப்படியே ஆக வேண்டும்.

என்னைச் சுற்றிலும் மக்கள் வேதனைப்படுவதைப் பார்க்கக் கவலையாக இருக்கிறது. நான் என் கைகளை அவர்கள் மேல் வைத்து அவர்கள் உடலில் உள்ள வேதனையைத் தீர்க்கிறேன். ஆனால் உள்ளேயிருக்கும் வேதனையை என்னால் ஒன்றும் செய்ய முடியவில்லை.

மற்றவர்களைத் தொட்டுக் குணமாக்குவதற்கு முன் உங்கள் மனதில் வழிபாட்டுணர்வு இருக்கட்டும். தெய்விகப்பணி உங்கள்மூலம் நடக்கட்டும். கண்களை மூடிக் கொள்ளுங்கள். திறந்த மனதுடன் உங்கள் சக்தியைச் சேகரித்துக் கொண்டு வலியில் இருப்பவருக்கு உங்கள் சிகிச்சையைத் தொடங்குங்கள். அப்படிச் செய்யும்போது அவருடைய உள் வேதனையையும் உங்களால் குணப்படுத்த முடியும்.

தினமும் உங்களைத் தரிசன காலத்தில் பார்க்கும்போது எனக்குப் பேச்சே வருவதில்லை. நான் மிகவும் சந்தோஷமாக இருக்கிறேன். இனிமேல் எனக்கு மன அழுத்தம் வரும் என்று எனக்குத் தோன்றவில்லை. நான் உங்களுக்கு என்ன செய்யமுடியும்?

உங்கள் ஒரே பிரச்சினை உங்களுக்கு எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை என்பதுதான். உங்களிடம் இப்போது வேதனையோ மன அழுத்தமோ இல்லை. அதுவே பிரச்சினையாகப் போய்விட்டது. ஏனென்றால் காலகாலமாக அவற்றுடன் குடித்தனம் நடத்தியிருக்கிறீர்கள். இப்போது திடீரென்று உங்கள் மன அழுத்தமும் வேதனையும்

மறைந்துவிட்டன. இதனால் உங்களுக்குள் ஒரு வெறுமை ஏற்பட்டிருக் கிறது. ஏனென்றால் உங்கள் பழைய வழிமுறைகள் மறைந்துவிட்டன. உங்கள் சுயத்தையே இழந்துவிட்டீர்களோ என்று நினைக்கிறீர்கள்.

உங்கள் சுயத்தை நீங்கள் இழக்க வேண்டும் என்பதற்காகத்தான் நான் இங்கே முகாமிட்டிருக்கிறேன். நடப்பது முழுமையான அழகுடன் இருக்கிறது. மகிழுங்கள். உங்களால் வருத்தமாக இருக்கமுடியவில்லை என்ற ஒரே காரணத்திற்காக வருத்தப்படாதீர்கள்.

அது அப்படியே இருக்கட்டும். கூடிய விரைவில் உங்களுக்குள் புதியதாக ஒன்று தோன்றும். பழையது போய்விட்டது. புதியது இன்னும் வரவில்லை. ஒரு சிறிய இடைவெளி தோன்றியிருக்கிறது. இந்த இடைவெளி எப்போதும் இப்படித்தான் இருக்கும். இதை வார்த்தைகளில் வர்ணிக்க முடியாது. இது என்னவென்று உங்களால் சொல்ல முடியாது. நீங்கள் அந்த இடைவெளியை உணரலாம். ஆனால் அந்த உணர்வு இனம் புரியாததாக மேகம் சூழ்ந்ததுபோல் தெளிவின்றி இருக்கும். என்றாலும் அது மிகவும் அழகானது.

மகிழ்ச்சியாக இருங்கள். உங்கள்மூலம் பிரபஞ்ச சக்தி பாய்ந்து ஓட அனுமதியுங்கள். ஒரு பிரச்சினையாக மாறிவிடாதீர்கள். அந்த நிலையில்தான் நீங்கள் எனக்கு உதவ முடியும். இங்கிருக்கும் அனைவரும் இப்படி மகிழ்ச்சியாக இருந்துவிட்டால் எனக்குப் பேருதவியாக இருக்கும். என் பணி எளிதில் பூர்த்தியாகிவிடும்.

நான் மதப்பிரசாரகர்களை உருவாக்க விரும்பவில்லை. உண்மையான மனிதர்களை உருவாக்கவே விரும்புகிறேன். அவர்கள் பிரசாரம் செய்ய ஒன்றும் இல்லை. அவர்களே என் பிரச்சாரம். அவர்கள் வாழ்க்கையே நான் மற்றவர்களுக்குச் சொல்லும் நற்செய்தி. அவர்கள் எங்கே சென்றாலும் அவர்களின் முன்னிலையே ஆன்மிக வளர்ச்சிக்குத் தக்க சூழ்நிலையை உருவாக்கும். நீங்கள் அப்படி ஒருவராக இருப்பீர்களா?

○

எட்டாம் நாள்

உங்கள் மனம் என்பது உங்கள் கடந்த காலமே!

இரண்டு வருடங்களுக்கு முன்னால் எனக்கு ஓர் அனுபவம் ஏற்பட்டது. அதன் பொருளை விளக்க முடியுமா? அப்போது நான் என்னை ஒரு காலி டப்பாவாக உணர்ந்தேன். உள்ளே ஒன்றும் இல்லை. என் பெயர்கூட மறந்துவிட்டது. நான் யார் என்பதுகூடத் தெரியவில்லை. என்னால் எதுவும் செய்யமுடியவில்லை. பேச முடியவில்லை. "என்ன ஆயிற்று?" என்று கூட இருப்பவர்கள் கேட்டபோது என்ன பதில் சொல்வது என்றுகூடத் தெரியவில்லை. ஆனால் அது ஓர் அழகான அனுபவம் என்பது மட்டும் நன்றாக நினைவில் இருக்கிறது.

அது எப்படி ஆரம்பித்தது?

எனக்குத் தெரியாது. அது நடந்ததுதான் தெரியும்.

கண்களை மூடிக்கொண்டு அந்த அனுபவத்தை நினைத்துப் பாருங்கள். (கேள்வி கேட்ட பெண் அசையாமல் அமர்ந்திருக்க ஓஷோ அவள் மேல் தன் கையில் இருக்கும் சிறு விளக்கை அடிக்கிறார்)

அது ஒரு முக்கியமான அனுபவம். நீங்கள் திடீரென்று ஒரு சூன்யத்தில் விழுந்துவிட்டால் உங்களால் செயல்பட முடியாது.

அது மீண்டும் நடந்தால் 'என்னைத் தயவு செய்து தொந்தரவு செய்யாதீர்கள்' என்று உங்களைச் சுற்றி இருப்பவர்களிடம் சொல்லி வையுங்கள். உங்களை யாராவது அக்கறையுடன் பார்த்துக் கொள்ளவேண்டும். அது நடக்கும்போது உங்கள் உடலையும் மனதையும் தளர்வாக வைத்திருங்கள். அறைக்கதவை மூடுங்கள். படுத்துக் கொள்ளுங்கள். அந்த ஆழமான இருட்டில்

சுகமாக ஓய்வெடுங்கள். அந்தக் காலி டப்பாவில் விழுங்கள். உங்களை அது தன்னுள் இழுக்க அனுமதியுங்கள்.

அது பெரிய மெய்ஞ்ஞான வெளிப்பாடாக இருக்கலாம். அது மீண்டும் நடக்கும். எப்போது நடக்கும் என்று சொல்லமுடியாது. ஆனால் எந்த நேரமும் நடக்க வாய்ப்பு இருக்கிறது. ஜென் மதத்தில் ஸடோரி என்று சொல்கிறார்களே அதைப் போன்றது இந்த அனுபவம். ஸடோரி என்றால் என்னவென்று உங்களுக்குத் தெரியுமா? ஒருவருடைய உண்மையான தன்மையின் ஒரு சிறிய வெளிப்பாடுதான் ஸடோரி.

ஒரு மனிதனின் உண்மையான தன்மை என்பது சூன்யமே. அது ஓர் இருப்பற்ற நிலையாகத் தோன்றும். அது மேலே இருக்கும் ஆகாசத்தைப் போன்றது. ஆகாயம் என்பது வெற்றிடம்தானே! அதன் ஒரு சிறு கீற்று தெரியும்போது நீங்கள் உங்கள் சுயத்தை இழக்கிறீர்கள். நீங்கள் யாரென்று உங்களுக்குத் தெரியாமல் போய்விடுகிறது. உங்கள் பெயர் உங்கள் உருவம் - இவை எல்லாம் நீங்களோ மற்றவர்களோ மனதால் நினைத்துக் கொண்டிருப்பதுதானே!

உங்கள் உடலுக்குள் நீங்கள் சூன்யத்தைச் சுமந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். அந்த சூன்யம்தான் உங்களுடைய உண்மையான தன்மை. அதை உங்களால் பார்க்க முடிந்திருக்கிறது. அதனைச் சரியாகப் புரிந்து கொள்ளமுடியவில்லையென்றால் சிலருக்குப் பைத்தியமே பிடித்துவிடும். சரியாகப் புரிந்து கொண்டால் உண்மையிலேயே உங்கள் மனதில் நல்ல தெளிவு ஏற்படும்.

இது ஒரு வரப்பிரசாதம். நல்லது. நன்றியுணர்வுடன் இருங்கள் இன்னும் அதிகமாகத் தியானம் செய்யுங்கள். அது மீண்டும் நடக்கும். அது பார்க்க மரணத்தைப் போல் இருக்கும். பயப்படாதீர்கள். அது மரணமில்லை. அதுதான் வாழ்க்கை. நடந்தது குறித்து சந்தோஷப்படுங்கள்.

நான் இங்கே ஏழு நாட்களாகத் தியானம் செய்து கொண்டிருக்கிறேன். கொஞ்ச நாள் வெளியே போய்விட்டுத் திரும்பலாம் என்று நினைக்கிறேன். எனக்கு என்னைப்

பற்றித் தெரியுமாகையாலே போனால் திரும்பி வரக் கஷ்டமாக இருக்குமோ என்று அஞ்சுகிறேன். என்னுடைய உந்துதல் இன்னும் தீவிரமாக இருக்க ஒரு வழி சொல்லுங்களேன்.

முதலில் சந்நியாசம் வாங்கிக் கொள்ளுங்கள். அது உதவும். கண்களை மூடிக் கொள்ளுங்கள். என்ன நடக்கிறதோ அதை நடக்க அனுமதியுங்கள். கடந்தகாலத்திலிருந்து ஒரு நாள் இல்லாவிட்டால் ஒரு நாள் எல்லாவற்றையும் முறித்துக் கொண்டு வரவேண்டும். அப்போதுதான் பழக்கங்களும் வழிமுறைகளும் தானாக மாறத் தொடங்கும்.

பிரபாத் என்றால் காலை என்று பொருள். ஆனந்தம் என்றால் பேருவகை. இரண்டையும் சேர்த்து வாசித்தால் பேருவகையான காலைப் பொழுது என்று பொருள். எனவே காலை நேரம்தான் உங்கள் தியான நேரமாக இருக்கப் போகிறது. உலகில் எங்கு இருந்தாலும் சூரியோதயத்தைப் பார்க்காமல் இருந்துவிடாதீர்கள்.

சூரியன் உதயமாவதற்குப் பதினைந்து நிமிடங்களுக்கு முன் வானம் வெளுக்கத் தொடங்கியவுடன் காத்திருந்து பாருங்கள். உங்கள் காதலனுக்குக் காத்திருப்பதுபோல் அன்புடன் காத்திருங்கள்.

ஓர் எதிர்பார்ப்புடன், ஆழமாக, நம்பிக்கையுடன், கிளர்ச்சியுடன் மௌனமாகக் காத்திருங்கள்.

சூரியன் உதயமாகட்டும். நீங்கள் பார்த்துக் கொண்டேயிருங்கள். சூரியனை உற்றுப் பார்க்க வேண்டாம். உங்கள் கண்களைச் சிமிட்டிக் கொள்ளலாம். சூரியன் உதயமாகும் அதே நேரத்தில் உங்களுக்குள்ளும் ஏதோ ஒன்று உதயமாகிறது என்ற உணர்வோடு இருங்கள்.

தொடுவானத்தில் சூரியன் உதயமாகும்போது அது உங்கள் நாபிக்கமலத்தின் அருகில் இருக்கிறது என்று கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். அங்கே சூரியன் மெதுவாக மேலெழும்புகிறது. இங்கே அது கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மெதுவாக மேலே எழுகிறது.

அங்கே சூரியன் எழுகிறது. இங்கே உள்ளொளி எழுகிறது. இதைப் பத்து நிமிடம் செய்தால் போதும்.

பிறகு கண்களை மூடிக் கொள்ளுங்கள். முதலில் திறந்த கண்களுடன் சூரியனைப் பார்த்தால் அது எதிர்மறையான உணர்வுகளைத் தரும். கண்களை மூடிக்கொண்டு உங்களுக்குள் சூரியன் மின்னுவதைப் பார்த்தால் அப்படிப்பட்ட உணர்வுகள் வராது.

இது உங்களை மகத்தான வகையில் மாற்றிப் போட்டுவிடும்.

நான் இன்னும் சந்நியாசத்துக்குத் தயாராகவில்லை. என் மனதில் இன்னும் சந்தேகங்கள் இருக்கின்றன.

சந்தேகங்கள் எப்போதும் இருக்கும். அந்த சந்தேகங்களையும் மீறி நீங்கள் முன்னால் அடியெடுத்து வைக்க வேண்டும். சந்தேகங்கள் எல்லாம் போனபிறகுதான் நான் அடியெடுத்து வைப்பேன் என்று நீங்கள் நினைத்தால் உங்களால் அடியெடுத்து வைக்கவே முடியாது. ஏனென்றால் அந்தச் சந்தேகங்கள் போகவே போகாது.

இங்கே ஒரு வேடிக்கையான முரண்பாடு இருக்கிறது. நீங்கள் முதலடியை எடுத்து வைத்தபின் உங்கள் சந்தேகங்கள் போய்விடும்.

சந்தேகம் என்பது மனித இயல்பு. அது இல்லாத மனித மனமே இல்லை. நம்பிக்கை வைப்பது என்பது எளிதான காரியம் இல்லை. என்றாலும் துணிந்து முன்னேறிக் கொண்டுதான் இருக்கிறோம். அதுதான் வாழ்க்கை.

ஒரு பெண்ணைக் காதலிக்கிறீர்கள் என்று வைத்துக் கொள்வோம். உங்கள் காதல் என்ன அவ்வளவு முழுமையானதா என்ன? அதில் சந்தேகமே இருக்காதா? சந்தேகம் எல்லாம் போக வேண்டும் என்று காத்திருந்தால் ஊழிக்காலம் வரை காத்திருக்க வேண்டியதுதான் ஏனென்றால் சந்தேகம் போகவே போகாது. சந்தேகத்தையும் மீறி நீங்கள் காதலில் அடியெடுத்து வைக்கவேண்டும். இல்லாவிட்டால் வாழ்க்கையில் காதல் சாத்தியமேயில்லை.

இதுவும் ஒரு வகையில் காதல் போலத்தான். அதனால் யோசிக்காமல் குதித்துவிடுங்கள்.

(கேள்வி கேட்டவர் சந்நியாசம் பெற்றுக் கொள்கிறார். பின் இன்னொரு கேள்வி கேட்கிறார்)

நான் எந்த வகையான தியானத்தைச் செய்ய வேண்டும்? எனக்கு நடராஜர்-தியானம் பிடித்திருக்கிறது. நடனமாடிக் கொண்டே தியானம் செய்வது பிடித்திருக்கிறது. அது ஒன்று தான் என மனதுக்குப் பிடித்திருக்கிறது. மற்ற வகை தியானங்களில் என் எதிர்பார்ப்பு அதிகமாக இருப்பதாக நினைக்கிறேன்.

சில சமயம் எந்த வகை தியானத்தைக் கஷ்டமானது என்று வெறுத்து ஒதுக்குகிறீர்களோ அதுதான் உங்களுக்கு அதிகபட்ச உதவிகள் செய்யும்.

சிலவகைத் தியானங்களில் உங்களுக்கு ஏற்படும் அசௌகரியமான உணர்வுக்குக் காரணம் அவை உங்கள் பழைய பழக்கங்களைத் தாக்குவதால்தான். உங்களுக்குள் புரையோடிப் போயிருக்கும் எண்ணங்களைத் தாக்கும் தியான வகைகள் உங்களுக்கு முதலில் ஒருவகையான உளைச்சலை ஏற்படுத்தும். பின் ஓர் அசௌகரியமான உணர்வை உண்டாக்கும். ஆனால் அதையும் தாண்டித்தான் உங்கள் வளர்ச்சி உண்டாக வேண்டும்.

நான் பார்த்தவரையில் நீங்கள் விரும்பும் தியானம் உங்களுக்குச் சிறந்ததாக இருக்காது. அதேபோல் நீங்கள் மோசம் என்று வெறுக்கும் தியானம் உண்மையிலேயே மோசமானதாக இருக்காது. உங்கள் மனதிற்கு எது பொருத்தமாக இருக்கிறதோ அதுதான் உங்களுக்குப் பிடிக்கும்.

உங்கள் மனம் என்றால் அது உங்கள் கடந்தகாலம்தான். நீங்கள் உங்கள் மனதை மாற்ற முயன்று கொண்டிருக்கிறீர்கள். கடந்தகாலம்தான் மனம் என்பதால் மனதை மாற்றவே முடியாது என்ற சூழ்நிலையை உருவாக்கிவிட்டீர்கள்.

சொல்லப் போனால் உங்களுக்குள் ஒரு போராட்டத்தை ஓர் உராய்வை ஒரு முரண்பாட்டை எது தோற்றுவிக்குமோ அதுதான் உங்கள் வளர்ச்சிக்கு வழி வகுக்கும். அதனால் அந்த தியான வகை உங்களுக்குப் பிடித்திருக்கிறதா இல்லையா என்பதைப் பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள். இங்கே குண்டலினி தியானமும் இயக்கநிலை தியானமும் செய்யுங்கள். வீட்டில் பாட்டை முணுமுணுக்கும் தியானத்தில் ஈடுபடுங்கள். இங்கே செயல்படும் குழுக்களில் சேருங்கள்.

உங்கள் எதிர்பார்ப்பு அதிகமாக இருந்தால் அதுவே ஒரு தடுப்புச்சுவராகிவிடும். அதனால் எதையுமே எதிர்பார்க்காதீர்கள். எதாவது நடக்க வேண்டும் என்று விரும்பினால் திறந்த மனதுடன் செயல்படுங்கள். விளையாட்டுணர்வுடன் செயலாற்றுங்கள். அது நடக்க வேண்டுமே என்று பதற்றப்படாதீர்கள். அது சத்தியமாக நடக்காது. நீங்கள் கனமாக, கறாராக மாறிவிட்டால் உங்களை நீங்களே மூடிக்கொள்வீர்கள்.

நீங்கள் எதையுமே ஒரு வேடிக்கையாகப் பார்க்கும்போது விளையாட்டுணர்வுடன் செயல்படும்போது எதையுமே லேசாக எடுத்துக்கொள்ளும்போதுதான் நடக்க வேண்டிய நல்லது அனைத்தும் நடக்கும். அப்படி இருக்கும்போது ஒரு குழந்தையின் வெகுளித்தனம் உங்களிடம் வந்துவிடுகிறது.

அதனால் தியானம் செய்யும்போது குழுவில் இருக்கும்போது மகிழ்ச்சியுடன் இருங்கள். அவற்றை ஒரு கனமான மதச்சடங்காகப் பார்க்காதீர்கள். அவற்றை மனமார அனுபவியுங்கள். நல்லது.

இயற்கையான சூழலில் இருக்கும்போது பிரபஞ்சத்துடன் எனக்கு ஓர் ஆழமான தொடர்பு இருப்பதை உணர்கிறேன். ஆனால் எனக்கு ஒரு பிரச்சினை இருக்கிறது. அதற்கு உங்கள் உதவி தேவைப்படுகிறது. யாராவது திடீரென்று ஏதாவது செய்தால் நான் எதிர்பாராத சமயத்தில் என்னை யாராவது தூண்டிவிட்டால் பயங்கரமாகக் கோபம் வருகிறது. இது கேலிக்கூத்து, முட்டாள்தனம் என்று தெரிகிறது. இருந்தாலும் அந்தக் கோபத்தை என்னால் விட்டொழிக்க முடியவில்லை.

அந்தக் கோபத்தை உதறித்தள்ள வேண்டும் என்று நினைக்காதீர்கள்.

ஆனால் நாளுக்கு நாள் என் கோபம் அதிகமாகிக் கொண்டே போகிறதே?

போகட்டுமே! என்ன நடக்கிறதோ அதை எதிர்கொள்ளத்தான் வேண்டும். உங்களுக்குள் தேவையில்லாமல் இருமையை உண்டாக்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்களில் ஒரு பகுதி கோபப்பட வேண்டும்

என்று நினைக்கிறது இன்னொரு பகுதி கோபப்படக்கூடாது என்று முந்தைய பகுதியை நாட்டாண்மை பண்ணிக்கொண்டிருக்கிறது.

ஒரு பகுதி இன்னொரு பகுதியை அடக்கியாளப் பார்க்கிறது. இது முரண்பாடுகளை உருவாக்கும். முரண்பாடுகள் உங்கள் சக்தியை உறிஞ்சிக் கொள்ளும். இரண்டு பகுதிகளும் நீங்கள்தான் என்னும்போது இதில் வெற்றி தோல்விக்கே இடமில்லை. இது வழியில்லை ஒருமையாக முழுமையாக இருப்பது ஒன்றுதான் வளர்ச்சிக்கு வழி.

உங்கள் மனதில் சினம் எழுந்தால் அது யார்மீதாவதுதான் இருக்க வேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை. கோபமாக இருங்கள் அது போதும். அது ஒரு தியானமாகவே இருக்கட்டும். அறைக்கதவைச் சாத்துங்கள். நீங்கள் மட்டும் தனியாக அமர்ந்து இருங்கள். எவ்வளவு கோபம் வேண்டுமானாலும் வரட்டும். வருகின்ற கோபத்தை ஒரு தலையணை மேல் காட்டுங்கள். அதனை அடியுங்கள். குத்துங்கள். தப்பில்லை.

இது எனக்குப் போதாது. என் கோபம் அதைவிடப் பெரியது. தலையணையைக் குத்துவதால் என் சினம் ஆறாது.

தலையணையை என்ன செய்யத் தோன்றுகிறதோ அதைச் செய்யுங்கள். தலையணை அதைத் தடுக்காது. தலையணையைக் கொல்ல வேண்டுமா? ஒரு கத்தியை எடுத்து அந்தத் தலையணையைக் கொல்லுங்கள். அது உங்களுடைய கோபத்திற்கு வடிகாலாக இருக்கும்.

நீங்கள் கோபமாக இருக்கும்போது தலையணை எந்த அளவிற்கு உதவி செய்யும் என்று உங்களால் நினைத்துப் பார்க்கக்கூட முடியாது. அதை அடியுங்கள். கடியுங்கள். கடாசுங்கள். தூர எறியுங்கள். உங்களுக்கு யார் மீதாவது ஆத்திரம் இருந்தால் அவர் பெயரைத் தலையணையில் எழுதி வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இல்லை அவர் புகைப்படத்தைத் தலையணையில் ஒட்டி வையுங்கள்.

உங்களுக்கு எல்லாமே கேலிக்கூத்தாக, முட்டாள்தனமாகத் தோன்றலாம். ஆனால் கோபம் ஒரு கேலிக்கூத்துதான். அது முட்டாள்தனம்தான். அதை நீங்கள் ஒன்றும் செய்யமுடியாது.

எனவே கோபத்தை அதன் போக்கில் விடுங்கள். அதன் சக்தியை அனுபவியுங்கள்.

உங்கள் கோபத்தால் நீங்கள் யாரையும் காயப்படுத்தவில்லை யென்றால் அதில் எந்தத் தவறும் இல்லை.

ஆனால் அந்த சமயத்தில் நான் யாருடனாவது இருந்தால் அவரைக் காயப்படுத்த வேண்டும் என்று தோன்றுகிறது.

தலையணை முறையைத் தொடர்ந்து கையாண்டு வந்தால் அடுத்தவரை நோகடிக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் படிப்படியாகக் குறைந்துவிடும். அதைத் தினசரி பயிற்சியாக வைத்துக்கொள்ளுங்கள். தினமும் காலை இருபது நிமிடங்கள் அந்தப் பயிற்சியில் ஈடுபடுங்கள்.

அதன்பின் நாளெல்லாம் என்ன நடக்கிறது என்று பாருங்கள். நீங்கள் அமைதியாக இருப்பீர்கள். கோபமாக மாற வேண்டிய சக்தி வெளியே தூக்கியெறியப்பட்டுவிட்டது. எந்த சக்தி விஷமாக மாறியிருக்க வேண்டுமோ அது வெளியே எறியப்பட்டுவிட்டது.

இந்தப் பயிற்சியை ஒரே ஒரு வாரம் செய்து பாருங்கள். அதன்பின் உங்களுக்கு எந்தச் சூழ்நிலையிலும் கோபம் வராது என்பதை உணரும்போது ஆச்சரியமாக இருக்கும். முயற்சி செய்து பாருங்களேன்.

இயற்கையான சூழலில் இருப்பது நல்லது. இன்னும் அதிகமாக இயற்கையான சூழ்நிலையில் இருக்கப் பாருங்கள். இயற்கையுடன் இன்னும் அதிகமான இசைவுடன் வாழ முயலுங்கள். இயற்கைச் சூழலில் இருக்கும் போது ஒரு குழந்தையைப் போல் மரங்களுடன் பேசுங்கள்.

முதலில் கோபத்தை விரட்டும் தலையணைப் பயிற்சி. அதன்பின் அருகில் ஒரு மரமோ செடியோ இருந்தால் அதனுடன் சத்தமாகப் பேசும் பயிற்சி. அதுகூட முதலில் ஒரு கேலிக் கூத்தாகத்தான் இருக்கும்.

(ஓஷோ அந்தப் பெண்மணியின் முன்னால் மண் தொட்டியில் இருக்கும் செடியைக் கொண்டுவரச் செய்கிறார்)

இந்தச் செடியுடன் கொஞ்சம் பேசுங்களேன். எங்களையெல்லாம் மறந்துவிடுங்கள். இந்த இடத்தில் நீங்களும் இந்தச் செடியும் மட்டும்தான் இருக்கிறீர்கள். மனதில் என்ன தோன்றுகிறதோ பேசுங்கள். கூடவே செடி பேசக்கூடிய பதிலையும் சொல்லலாம்.

நீயும் நானும் இயற்கையைச் சேர்ந்தவர்கள். நாம் இருவரும் ஒன்றே. நான் இன்னும் அழகான செடிகளைப் பார்த்திருக்கிறேன். செடிகள் எல்லாமே அழகாகத்தானே இருக்கும்?

இப்போது செடியின் பக்கத்திலிருந்து ஏதாவது சொல்லுங்கள். அது உங்களுக்குப் பதில் சொல்ல வேண்டும் அல்லவா?

நீ இன்னும் நிறையக் கற்க வேண்டும் என்று நினைக்கிறேன். அதை நிச்சயம் செய்வாய் என்ற நம்பிக்கை எனக்கு இருக்கிறது.

சபாஷ். நல்லது. பார்த்தீர்களா செடியின் பதிலை? அதன் பதில் தெளிவாக இருந்தது. அது சொல்ல விரும்பியதைத் தெளிவாகச் சொல்லிவிட்டது. நீங்கள் கற்க வேண்டிய ஒரு விஷயம் ஒன்றோடொன்று ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும். செடி என்ன சொல்ல வேண்டும் என்று விரும்பியது தெரியுமா? " 'நான் இன்னும் அழகான செடிகளைப் பார்த்திருக்கிறேன்.' போன்ற வாக்கியங்களைச் சொல்லாதே. அது என்னைக் காயப்படுத்துகிறது."

ஒப்பீடு செய்வது அர்த்தமற்றது. ஏனென்றால் ஒவ்வொன்றும் தனிரகத்தைச் சேர்ந்தது. ஒப்பீடு செய்வது மனதின் வேலை. மனம் உள்ளே நுழைந்துவிட்டால் பின் அந்த இடத்தில் உணர்வுகள் வேலை செய்யாது. அதனால்தான் அந்தச் செடி மறைமுகமாக நீங்கள் ஒப்பீடு செய்கிறீர்கள் என்பதைச் சொல்லிற்று. அது உங்கள் உணர்வின்மை நிலை மூலம் பேசியது.

நீ எல்லாவற்றையும் ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

ஏற்றுக் கொண்டால் மட்டும் போதாது. எல்லாவற்றையும் காதலிக்க வேண்டும்.

அங்கேதான் எனக்குப் பிரச்சினை தோன்றுகிறது. இன்று காலை ஆற்றிய உரையில் கடவுளைக் காதலிக்க வேண்டும் என்று சொன்னீர்கள். ஆனால் கடவுள் எனக்கு மிகவும் மேலே இருக்கிறார். அவ்வளவு உயரத்தில் இருப்ப வரைக் காதலிக்க வேண்டும் என்று எனக்குத் தோன்றவில்லை. இசை வல்லுனர் பேக் (Bach) அமைத்த இசையைப் போல் கடவுள் துல்லியமாக இருக்கிறார். அவரிடம் தூய்மையும் பூரணத்துவமும் இருக்கிறதேயொழிய அன்பு இல்லை.

எனக்குப் புரிகிறது. இது நல்ல கேள்வி.

நீங்கள் கடவுளை எப்படிப் பார்க்கிறீர்கள் என்பதைப் பொறுத்துத்தான் என் பதில் இருக்கும் கடவுளை வெறும் தூய்மையாக மட்டுமே பார்த்தால் அவர் வெகுதூரம் தள்ளிப் போய்விடுவார். அவரை ஒரு சூத்திரமாக அல்லது ஒரு கோட்பாடாகப் பார்த்தால் அவரைத் தொட முடியாது., அவரை உணர முடியாது. அவரைப் புரிந்துகொள்ளக்கூட முடியாது. நிச்சயமாக அவரைக் காதலிக்க முடியாது.

ஆனால் கடவுள் எல்லா இடத்திலும் இருக்கிறார். இந்தச் செடி வடிவத்தில் இருப்பதுகூடத் தெய்வம்தான் என்று உணர்ந்து கொண்டுவிட்டால் எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை. அதன்பின் கடவுளைக் காதலிப்பதற்கு எந்தத் தடையும் இல்லை. அதன்பின் இந்தச் செடியைத் தொட்டால் அது கடவுளைத் தொடுவதற்கு ஒப்பாகும். அந்தத் தொடுதலே சிலிர்க்க வைக்கும்.

அதைத்தான் இன்று காலை உரையில் சொன்னேன். நான் சொன்ன கடவுள் தத்துவவாதிகளின் வாதத்தில் இல்லை. ஆபிரஹாமின் தெய்வத்தன்மையில் ஏசுநாதரின் தெய்வத்தன்மையில் உண்மையாக இருக்கும் எளிய மக்களின் தெய்வத்தன்மையில் கடவுள் உயிர் வாழ்கிறான்.

இந்தியாவில் உண்மையான இறைத்தன்மையைக் காணலாம். சில இடங்களில் ஒரு சாதாரண மரத்தைக் கூடத் தெய்வமாக வழிபட்டுக் கொண்டிருப்பார்கள். ஒரு கல்லை.– அது ஒரு சிலையாகக் கூட இருக்காது. வெறும் கல்லில் சிவப்புச் சாயத்தைப்

பூசி வைத்திருப்பார்கள் - தெய்வமாக வழிபடுவார்கள். அதில் ஒரு மெய்யுணர்வு இருக்கத்தான் செய்கிறது.

தெய்வம் எது என்பதைப் பற்றி இந்தியா ஒரு நாளும் கவலைப்பட்டதில்லை. தெய்வம் இருக்கிறது. அவ்வளவுதான். அது தீர்க்கப்பட வேண்டிய ஒரு பிரச்சினை இல்லை. தெய்வம் இருக்கிறது. அதற்கு ஏதாவது செய்ய வேண்டும்.

அதனால் தொடர்ந்து செடிகளுடனும் மரங்களுடனும் பேசிக் கொண்டிருங்கள். அதில் பல நன்மை நடக்க வாய்ப்பிருக்கிறது: அதேபோல் நான் சொன்ன தலையணைப் பயிற்சியை மறக்காதீர்கள்.

அன்பு வருவதற்கு நான் ஏதாவது கொடுக்கிறேன். அன்பு நிச்சயம் உங்கள் மனதில் மலரும்.

○

ஒன்பதாம் நாள்

உங்களுக்குக் கொஞ்சம் சிரிப்பு தேவை

நாங்கள் இங்கிலாந்துக்குத் திரும்பிச் செல்லப் போகிறோம். அங்கே ஒரு தியான மையம் தொடங்க விரும்புகிறோம். அங்கே மனநல மருத்துவமனையில் உள்ள நோயாளிகளுக்கு தியானத்தை அறிமுகப்படுத்தலாமா? அதற்காக மருத்துவமனை அதிகாரிகளை அணுகலாமா?

செய்யலாம். அவர்களை சிலவகையான இயக்கநிலை தியானங்கள் செய்யவைக்கலாம்.. அது மன நோயாளிகளுக்குப் பேருதவியாக இருக்கும். மனநலமில்லாதவர்களின் முதல் தேவை அவர்கள் மனதில் அடக்கி வைத்திருக்கும் உணர்ச்சிகளுக்கு ஒரு வடிகால். அது ஒன்றுதான் அவர்களுக்கு ஏற்ற சிகிச்சைமுறை. ஏனெனில் மக்களின் உணர்வுகள் பலகாலமாக அடக்கிவைக்கப்படிருக்கின்றன. அதனால் அவர்கள் வாழ்க்கையே திசைமாறிப் போய்விட்டது. அவர்கள் மனநோயாளிகளாகிவிட்டார்கள்.

அவர்களுக்கு எல்லாமே அனுமதிக்கப்பட்டால், அவர்களுடைய பைத்தியக்காரத்தனம்கூட அனுமதிக்கப்பட்டால் அந்தப் பைத்தியக் காரத்தனம் மறைந்துவிடும். உலகம் மொத்தமும் பைத்தியமாக இருக்கிறது. காரணம்: யாருக்குமே பைத்தியமாக இருப்பதற்கு அனுமதி கொடுக்கப்படவில்லை. நாம் செய்யவேண்டியது இதுதான். ஒவ்வொரு மனிதனுக்கும் ஒரு தனிப்பட்ட இடம் இருக்க வேண்டும். அந்தத் தனிப்பட்ட இடத்தில் அவன் பைத்தியமாகக்கூட இருக்கலாம். அந்த இடத்தில் இருக்கும்போது அவன் மற்றவர்களைப் பற்றிக் கவலைப்படத் தேவையில்லை. ஒவ்வொரு மனிதனும் தினமும் அரை மணி நேரம் பைத்தியமாக இருக்க அனுமதிக்கப்பட்டால் மீதமுள்ள 23½ மணி நேரத்தில் அவன் தெளிவாக இருப்பான்.

சித்த பேதமும் மனிதனின் ஒரு பகுதி. அது ஓர் ஆழமான சமச்சீர் நிலை. நீங்கள் மிகவும் சீரியசாகிவிட்டால் உங்களை மீண்டும் இந்த பூமிக்கு இழுத்துக் கொண்டுவரக் கொஞ்சம் சிரிப்பு

தேவை. நீங்கள் மிகவும் இறுக்கமாகிவிட்டால் மீண்டும் தளர்வடைய ஏதாவது தேவை. சொல்லப்போனால் மக்கள் தங்கள் கிறுக்குத்தனத்தை வெளிப்படுத்த சமூகம் அங்கீகரிக்கும் வழிகள் பல உள்ளன.

ஒரு கால்பந்துப் போட்டியோ கைப்பந்துப் போட்டியோ நடக்கிறது. ஆயிரக்கணக்கில் பார்வையாளர்கள் வந்திருக்கிறார்கள். அவர்கள் ஏறக்குறைய பைத்தியங்களைப் போல்தான் நடந்துகொள்கிறார்கள். ஆனால் அதை யாரும் தவறாக எடுத்துக் கொள்வதில்லை. அதன்பின் அவர்கள் புத்துணர்வுடன் தெளிவாக இருக்கிறார்கள். கால்பந்துப் போட்டியைத் தொலைக்காட்சியில் பார்க்கும்போதே சிலர் பைத்தியங்களைப் போல் நடந்து கொள்கிறார்கள். சிரிக்கிறார்கள். குதிக்கிறார்கள். கூச்சல் போடுகிறார்கள். ஆனால் அது ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகிறது.

செவ்வாய்க் கிரகத்திலிருந்து வந்த ஒருவர் இந்தக் கூத்தைப் பார்த்தால் என்ன நினைப்பார்? அவரால் நம்பவே முடியாது. அவ்வளவு உணர்ச்சிவசப்பட என்ன காரணம் என்று சிந்திப்பார். ஏதோ சில மனிதர்கள் ஒரு பந்தை இங்கேயிருந்து அங்கே எறிகிறார்கள். அதனை வேறு சிலர் திருப்பி எறிகிறார்கள். இதைப் பார்த்து எதற்கு லட்சக்கணக்கான மக்கள் கிளர்ச்சியடைய வேண்டும் என்று சத்தியமாக அவருக்குப் புரியாது. இந்த வெறித்தனமான போக்கு சமூகத்தால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட ஒரு வடிகால் என்று பாவம் செவ்வாய்க்கிரக வாசிக்குத் தெரியாது. இதுபோல் ஒவ்வொரு நாடும் ஒரு வடிகாலை ஒரு கருவியை வைத்திருக்கிறது.

போர்கூட இது போன்ற ஒரு வடிகால்தான். எப்போதாவது மக்கள் பித்து தலைக்கேறித் தங்கள் சினத்தையும் வெறுப்பையும் காட்டி மனம் போன போக்கில் அழிவு வேலையில் இறங்க போர் ஒரு நல்ல வாய்ப்பு. இப்போது அவர்கள் வெறுப்பிற்கும் அழிவிற்கும் ஒரு பெரிய காரணம் கிடைத்துவிட்டது. நாட்டுப் பற்று. தாய்நாட்டைக் காப்பது. அதனால் அவர்களை யாரும் குறை சொல்ல முடியாது.

ஒரு போரில் நீங்கள் இஷ்டம்போல் நாச வேலையில் ஈடுபடுகிறீர்கள். என்றாலும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறீர்கள். எந்தக் குற்ற உணர்வும் உங்களிடம் இல்லை. சுருக்கமாகச் சொன்னால்

உங்களுக்குத் தாற்காலிகமாகப் பைத்தியம் பிடித்திருக்கிறது.. ஒவ்வொரு மனிதனையும் தினமும் சில மணிநேரமாவது பைத்தியமாக இருக்க நாம் அனுமதிக்காவிட்டால் போர்கள் நடந்துகொண்டுதான் இருக்கும்.

அதனால் மனநல மருத்துவமனைகளுக்குப் போய் தியானம் செய்யுங்கள். மனநோயாளிகள் உங்களைப் பார்ப்பார்கள். பார்த்து சந்தோஷப்படுவார்கள். 'நமக்கும் இவர்களுக்கும் அப்படி ஒன்றும் பெரிய வித்தியாசம் இல்லையே' என்று சொல்வார்கள். அதன்பின் அவர்களும் தியானம் செய்ய முன்வருவார்கள். நீங்கள் அவர்களுக்கு உதவலாம்.

மனநிலை சரியில்லாதவனுக்குத் தேவை ஒரு மருத்துவர் இல்லை. ஒரு நண்பன். ஒரு மருத்துவர் தள்ளி இருக்கிறார். பல நேரங்களில் அவர் ஓர் உணர்ச்சியுள்ள மனிதனாக நடந்து கொள்வதில்லை. தன் தொழிலிலேயே கவனமாக இருக்கிறார். அவரைப் பொறுத்த மட்டில் மனநோயாளி அவர் தொழில் செய்ய உதவும் ஒரு கருவி. அவனை ஒரு ஜடப்பொருளாகத்தான் பார்க்கிறார். அவன் ஒரு பழுதுபட்ட இயந்திரம். அதை எப்படிச் சரி செய்யலாம் என்றுதான் அவருடைய கண்ணோட்டம் இருக்கிறது.

ஆனால் ஒரு மனநோயாளிக்குத் தன்மேல் அன்பும் அக்கறையும் உள்ள ஒரு நல்ல நண்பன் தேவைப்படுகிறான். அவனை ஒரு ஜடப்பொருளாகப் பார்க்காமல் உயிரும் உணர்ச்சியும் உள்ள மனிதனாகப் பார்க்கும் ஒரு நண்பன் தேவைப்படுகிறான். அந்த நண்பன் அவனுடைய மனநோயை வெறுக்காமல் ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.. ஏனென்றால் ஒவ்வொரு மனிதனுக்குள்ளும் ஒரு பைத்தியம் இருக்கிறது ஒரு தெளிவானவன் இருக்கிறான் என்று, அந்த நண்பனுக்குத் தெரியும்

பித்துப்பிடித்தல் என்பது மனிதனின் இரவுக்காலம் என்று சொல்லலாம். அது இயற்கையானது. அதில் எந்த விபரீதமும் இல்லை. ஒரு மனநோயாளியிடம் போய் "அப்பா நீ மட்டும் பைத்தியம் இல்லை. நானும்தான்." என்று நீங்கள் சொன்னால் உடனே உங்களுக்கும் அவனுக்கும் ஒரு பாலம் உண்டாகிறது. அதன்பின் நீங்கள் அவனுக்கு உங்களாலான உதவிகளைச் செய்யலாம். நான் உங்களுடன் இருப்பேன்.

(நாம் முதல் நாள் சந்தித்த ததாதா குழுவினர் சிலர் வந்திருக்கிறார்கள். அந்தக் குழுவிற்கு அந்தப் பெயர் எப்படி வந்தது என்பதை அறிய முதல் நாள் உரையைக் காண்க. அந்தக் குழுவினரில் சிலர் ஓஷோவிடம் உரையாட முன்வருகிறார்கள்.)

நான் எல்லாக் குழுக்களிலும் பங்கேற்க ஏற்பாடு செய்துவிட்டேன். என்றாலும் என்னை மாற்றிக் கொள்ள எனக்கு விருப்பமில்லை.

மாற வேண்டும் என்ற எண்ணம் உங்களிடம் இருக்கிறது. அதனால்தான் எல்லாக் குழுக்களிலும் சேர்ந்தீர்கள். ஆனால் இப்போது மாற்றம் நிகழத் தொடங்கியதும் உங்களுக்குப் பயம் வந்துவிட்டது.

வளர்ச்சி கடினமானது. அது வலியை உண்டாக்கும். ஏனென்றால் வளர்ச்சிக்காக நீங்கள் சில இழப்புகளைத் தாங்கிக்கொள்ள வேண்டும். அப்போதுதான் புதியது வளரும். சிலவற்றை அழித்தால்தான் புதியது வளர முடியும். மறுபிறவி வேண்டுமென்றால் ஒரு குட்டி மரணமாவது அங்கே நிகழ வேண்டும்.

உங்களுக்கு மறுபிறவி வேண்டும் என்ற ஆசை இருக்கிறது. அதே சமயம் அந்த வலியும் வேதனையும் வேண்டாம் என்று நினைக்கிறீர்கள். மொத்த வானமும் எனக்கு வேண்டும். ஆனால் நான் என் வசதியான வீட்டை விட்டு வெளியே வரமாட்டேன் என்று சொன்னால் எப்படி?

அதனால்தான் ஜெர்மனியின் ஃப்ராங்க்ஃபர்ட் நகரில் இருக்கும் உங்கள் அறையைப் பற்றி நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அது ஒரு குறியீடு. ஓர் அடையாளம். அதற்கு என்ன நடக்குமோ என்று சதா கவலைப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அந்த அறைக்கு எதுவும் நடக்காது. உங்களுக்கே ஒன்றும் நடக்கவில்லையே அந்த அறைக்கு அப்படி என்னதான் நடந்துவிட முடியும்?

இது அறையைப் பற்றிய கேள்வியில்லை. பாதுகாப்பு, வசதி, சௌகரியம் இவற்றைப் பற்றிய கேள்வி. ஒரு கூட்டுக்குள் வாழப் பழகிவிட்டீர்கள். அந்தக் கூடு உடைந்துவிடுமோ என்ற பயம் ஏற்படும்போது நீங்கள் பின்வாங்குகிறீர்கள். உங்களை நீங்களே சுருக்கிக் கொள்கிறீர்கள். அதன்பின் எனக்கு எதுவும் வேண்டாம். எனக்கு எந்த மாற்றமும் தேவையில்லை என்று சொல்கிறீர்கள். ஆனால் உங்களுக்கு மாற்றம் தேவை. அதை உணர்ந்திருக்கிறீர்கள்.

இந்த மாரத்தான் ஓட்டப்பந்தயத்தில் தொடர்ந்து ஓடுங்கள். அது உங்களைக் காயப்படுத்தினாலும் வலியைப் பொருட்படுத்தாமல் ஓடுங்கள். அந்த வலியை மனமுவந்து ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். அதிலிருந்து ஓர் அழகான உணர்வு பிறப்பதைப் பார்ப்பீர்கள்.

வளர்ச்சி நல்லது என்று நான் அறிவேன். வலியில்லாமல் வளர்ச்சி இருக்க முடியாது என்றும் எனக்குத் தெரியும். என்றாலும் என்னுள்ளே அந்த வளர்ச்சிக்கு ஓர் எதிர்ப்பு இருப்பதை உணர்கிறேன்.

வலியில்லாமல் யாருமே வளர முடியாது. வலி வளர்ச்சியின் ஒரு பகுதி. நீங்கள் வளர வேண்டும் என்று விரும்பினால் வலியை ஏற்றுக்கொண்டுதான் ஆக வேண்டும். நீங்கள் வளரவில்லையென்றால் வலி இருக்காது. ஆனால் துன்பம் நிச்சயம் இருக்கும். வலிக்கும் துன்பத்திற்கும் அதுதான் வேறுபாடு.

வலி அழகானது. ஏனென்றால் அதனுள் வளர்ச்சியின் ஆற்றல் பொதிந்து கிடக்கிறது. அது வளர்ச்சியின் வழியில் தென்படும் முக்கியமான மைல்கல்.

துன்பம் வலியிலிருந்து வேறுபட்டது. துன்பம் அசிங்கமானது. அது தரிசு நிலம். சக்தியற்றது. அதிலிருந்து எதுவும் தோன்றாது. ஒருவன் தொடர்ந்து துன்பப் பட்டுக்கொண்டேயிருக்க வேண்டியதுதான். அதனால் எந்தப் பயனும் விளையாது.

எனவே உங்கள் முன் வலி, துன்பம் என்ற இரண்டு தெரிவுகள் இருந்தால் எப்போதும் வலியையே தேர்ந்தெடுங்கள். என்ன நான் சொல்வது புரிகிறதா? அகராதியில் வலிக்கும் துன்பத்திற்கும் வித்தியாசம் இல்லாமல் ஒரே அர்த்தத்தைப் போட்டிருக்கலாம். ஆனால் வாழ்க்கையில் இந்த இரண்டுக்கும் நடுவே பிரம்மாண்டமான வேறுபாடுகள் இருக்கின்றன. வலி அழகானது. அதைத் துணிச்சலுடன் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். துன்பத்திலிருந்து எதுவும் விளையப்போவது இல்லை. அதனால் எந்தக்காலத்திலும் துன்பத்தை ஏற்றுக் கொள்ளாதீர்கள்.

வளர வழி தேடுங்கள். ஏனென்றால் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட துன்பம் நரகமாகிறது. ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட வலி சொர்க்கமாகிறது. நல்லது. இப்போது நீங்கள் புன்னகை சிந்தலாம்.

குழுக்கள் செயல்படும்போது நான் வெறும் பார்வை யாளராக, சாட்சியாக இருக்க முயற்சி செய்யட்டுமா?

வேண்டாம். சாட்சியாக இருக்காதீர்கள். சாட்சியாக இருக்க முற்பட்டால் உங்களுக்குள் பிரிவினை வந்துவிடும். ஒருமை போய்விடும். நீங்கள் ஒருமை நிலையில் இருக்கும்போதுதான் வளர்ச்சி ஏற்படும். நீங்கள் தொடர்ந்து சாட்சியாகவே இருந்துவிட்டால் இந்தக் குழுக்களுக்கு அர்த்தமில்லாமல் போய்விடும். நீங்கள் ஒரு பாத்திரத்தை நடித்துக் கொண்டும் அதே சமயத்தில் அதைப் பார்த்துக்கொண்டும் இருக்க விரும்புகிறீர்கள். அப்படிச் செய்தால் நீங்கள் அந்தக் குழுவில் முழுமையாகப் பங்குகொள்ள முடியாது.

உங்களுக்குக் கொடுக்கப்பட்ட பாத்திரத்தில் முழுமையாக இருங்கள். அது உங்களை ஆட்கொள்ளட்டும். அப்போதுதான் நீங்கள் முட்டாள்தனமாக நடந்து கொள்வீர்கள். இல்லாவிட்டால் புத்திசாலியாகவே இருப்பீர்கள். அது உங்கள் வளர்ச்சிக்கு உதவி செய்யாது. முட்டாள்தனத்திலிருந்து ஒரு வகையான புத்திசாலித்தனம் பிறக்கும். அதுதான் உங்களுக்கு உதவி செய்யும். அதற்கு என்று ஒரு தனித்தன்மை இருக்கிறது.

மனவியல் ஆய்வைப் பற்றி, மனதின் செயல்பாடுகளைப் பற்றி உங்களுக்குத் தெரிந்ததையெல்லாம் மூட்டைகட்டி வைத்துவிட்டுக் களத்தில் இறங்குங்கள். உங்கள் குழுவில் உங்களுக்குக் கொடுக்கப்படும் விதிமுறைகளை ஒரு குழந்தையைப் போல் பின்பற்றுங்கள். அப்போதுதான் நல்லது நடக்கும்.

உங்கள் அறிவு என்றைக்கும் இருக்கிறது. அதைக் கொஞ்ச நேரம் ஒதுக்கிவைத்துவிட்டுக் குழுக்களில் ஈடுபடுங்கள். பின்னால் அதைக் கொண்டுவரலாம். என்ன நடந்தது என்பதைப் புரிந்து கொள்ள உங்கள் அறிவு உதவும். பின்னால் சிந்திக்க அறிவு உதவும். ஆனால் அது நடக்கும்போது அறிவு ஒரு தடுப்பாகவே இருக்கும்.

இந்த வழியில்தான் நீங்கள் அறிவைப் பயன்படுத்த வேண்டும். இல்லாவிட்டால் அறிவு உங்களைப் பயன்படுத்திக்கொண்டுவிடும். முயன்றுதான் பாருங்களேன்!

குழுவில் இருக்கும் அனுபவம் என்னைத் தகர்த்துவிட்டது. நான் குழுவின் தலைமைப் பதவி ஏற்கப் பயிற்சி எடுத்துக்கொண்

டிருக்கிறேன். ஒரு கட்டத்தில் என்னால் எதுவுமே செய்யமுடிய வில்லை. இன்று என் நம்பிக்கை என்னிடம் திரும்பிவந்து விட்டதாக உணர்கிறேன்.

ஆனால் நீங்கள் முற்றிலும் தவறாகப் புரிந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்களைத் தகர்த்த அனுபவம் எதனால் ஏற்பட்டது? உங்களுக்குத் தகுதியில்லை என்பதால் அல்ல. உங்களுக்குத் தகுதியிருப்பதாக நீங்கள் நினைத்துக் கொண்டிருந்ததால்.

உங்களிடம் திடீரென்று அவநம்பிக்கை எழவில்லை. ஆனால் உங்கள் நம்பிக்கை அளவுக்கதிகமாகப் போனதால் இது நடந்தது. அளவுக்கதிகமான நம்பிக்கையும் ஒருவகை வியாதியே. அந்த வியாதிதான் இந்தக் குழுவால் தகர்க்கப்பட்டது. இல்லாத தகுதியை இருப்பதாக நினைத்துக் கொண்டிருப்பதும் அளவுக்கதிகமான நம்பிக்கையும் அகங்காரத்தின் வியாதிகள்.

நம்முடைய தகுதியின்மையை நாம் ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். சூழ்நிலை எப்படியிருந்தாலும் அதை ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். இன்று நீங்கள் மறுபடியும் பழைய வழிமுறைக்குத் திரும்பிவிட்டீர்கள். மீண்டும் உங்களுக்கு நம்பிக்கை அதிகமாகிவிட்டது. இந்த நம்பிக்கையும் ஒரு நாள் தகர்த்தெறியப்படும்.

அந்த நம்பிக்கையை உதறித்தள்ளுங்கள்.

நம்பிக்கையில்லாமல் இருப்பதில் என்ன தவறு? தயக்கத்துடன் அணுகுவதில், அடுத்தவர் உதவியைக் கோருவதில் என்ன தவறு? செய்யமுடியாது என்ற நிலையில் இருப்பதில் என்ன தவறு? அதுதான் யதார்த்தம்.

ஒவ்வொருவரும் எந்த உதவியுமில்லாமல்தான் இருக்கிறார்கள். அப்படித்தான் இருக்க வேண்டும். நடக்கும் பிரபஞ்ச நாடகத்தில் ஒரு மனிதனின் பங்கு மிகவும் சிறியது. அதனால் எண்ணற்ற சாத்தியக்கூறுகள் உங்களைச் சூழ்ந்திருக்கின்றன. ஒவ்வொருநாளும் உங்களுக்குத் தெரியாத ஆயிரம் விஷயங்களை நீங்கள் எதிர்கொள்ள வேண்டும். இதுவரை நீங்கள் வாழ்ந்ததே ஒரு பெரிய அதிசயம்தான். அதற்கு எந்தக் காரணமும் இல்லை.

தகர்க்கப்பட்ட உணர்வு வந்ததற்குக் காரணம் உங்கள் நம்பிக்கை தொலைந்து போனதுதான். அந்த நம்பிக்கையே போலியானது. அது மேலோட்டமாக லேசான பனிப்பாறையைப்

போல் படர்ந்து இருக்கிறது. அது உங்களை எளிதாக ஏமாற்றிவிடும். என்றாவது ஒரு நாள் அதில் விழுந்துவிடுவீர்கள். அதனால் அதைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்வது நல்லது. அதற்குக் கீழே ஒரு மகா சமுத்திரம் இருக்கிறது. முடிவில்லாத பாதாளம் இருக்கிறது.. ஒரு மெல்லிய பனிக்கட்டிப் படலம் உங்களைக் காப்பாற்றமுடியாது. அதனால் வரும் ஆபத்துக்களைப்பற்றிய விழிப்புணர்வோடு இருப்பது நல்லது.

இது பயமில்லை. பயத்திற்கும் இந்த உணர்விற்கும் எந்த சம்பந்தமும் இல்லை. எப்போதும் நாம் அதீத நம்பிக்கையோடு இருக்க வேண்டும் என்று தவறாக நமக்குச் சொல்லித் தந்திருக்கிறார்கள். இல்லாவிட்டால் அப்படி இருப்பதுபோல் காட்டிக்கொள்ளவேண்டும் என்றும் சொல்லித் தந்திருக்கிறார்கள்.

மனிதன் உதவியற்ற நிலையில்தான் இருக்கிறான். வலியவனும் சரி, வலிமை இல்லாதவனும் சரி இதில் ஒரே மாதிரியாகத்தான் இருக்கிறார்கள். அவர்களிடையே பெரிய வித்தியாசம் ஒன்றும் இல்லை. மாவீரன் நெப்போலியனோ இல்லை மகா அலெக்சாண்டரோ சாகும்போது ஒரு பிச்சைக்காரனைப் போலத்தான் உதவியற்ற நிலையில் சாகிறார்கள். அவர்களுக்கும் சாமானியர்களுக்கும் எந்த வித்தியாசமும் இல்லை. அவர்கள் பலசாலிகளாகத் தங்களைப் பாவித்துக் கொண்டார்கள். பாசாங்கு செய்தார்கள். அது ஒன்றுதான் வித்தியாசம்.

அந்த நம்பிக்கையை விடுங்கள். சில நாட்களுக்குப் பயத்தால் நடுக்கம் ஏற்படலாம். அதையும் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். மீண்டும் அந்த மெல்லிய பனிப்படலத்தைத் தேடிப் போகாதீர்கள். உங்கள் முடியாமையுடனும் பலவீனத்துடனும் இருக்கப் பழகிவிட்டால் பின் பலசாலியாகிவிடுவீர்கள். நான் பலவீனமாக இருக்கிறேன் என்ற எண்ணத்திலிருந்துதான் உங்கள் பலம் பிறக்கிறது. நீங்கள் பலசாலி என்று உங்கள் மனதில் ஒரு படிமம் தோன்றிவிட்டது. யதார்த்தம் அதிலிருந்து வேறுபடும்போது உங்களுக்கு நடுக்கம் தோன்றுகிறது.

வருவதை எதிர்கொண்டால் ஒப்பீடுகள் மறைகின்றன. நீங்கள் நீங்களாகவே இருக்கிறீர்கள். உங்களைப் போல் யாருமே இல்லை. யாருமே இருக்க முடியாது. நீங்கள் ஒரு பிரத்தியேகமான படைப்பு. உங்களை யாரோடும் ஒப்பிட முடியாது.

இந்த அனுபவமும் அழகானதே. இதைத் தவறாக எடுத்துக் கொள்ளாதீர்கள். பிறகு நீங்கள் உங்களை மீண்டும் திருத்தியமைக்க வேண்டியதிருக்கும்.

இந்தக் குழுக்களின் வேலையே உங்களுக்குள் இருக்கும் இந்தக் கட்டமைப்பைப் போக்குவதுதான். உங்களை அழித்து உங்களை மீண்டும் உங்களாக உங்களுக்குள் இருக்கும் தன்னார்வம் மலரும்வண்ணம் மீண்டும் உருவாக்குவதுதான் இந்தக் குழுக்களின் வேலை. நீங்கள் பிறக்கும்முன் இருந்ததுபோல் இறந்தபின் இருக்கப் போவதுபோல் உங்களை மாற்றியமைக்கத்தான் குழுக்கள் இருக்கின்றன.

இது மிகவும் மகத்தான அனுபவம். ஆனால் இதைக் கடாசி விட்டால் இது உங்களுக்கு உதவாது. உங்களைச் சுற்றி நீங்கள் போட்டிருக்கும் கட்டமைப்பு இன்னும் வலுவாக வாய்ப்பு இருக்கிறது. பழைய கட்டமைப்பு சரியில்லை. இன்னும் வலுவானதாக ஒன்றை உருவாக்குவோம் என்று நீங்கள் நினைக்கலாம்.

கட்டமைப்பின்றி வாழுங்கள். ஒவ்வொரு கணமாக வாழுங்கள். ஆற்றுப்போக்குபோல் வாழுங்கள். தனக்குள் கட்டமைப்புள்ள ஒரு தலைவன் எந்தக் குழுவுக்கும் தேவையில்லை. தன்போக்கில் செயல்படும் ஒரு தலைவரையே அவர்கள் விரும்புகிறார்கள். அவர்களையும் அதுபோல் அவர்கள் போக்கில் போகவிட்டு வழிநடத்திச் செல்லும் தலைவனையே அவர்கள் விரும்புகிறார்கள்.

தங்களைச் சுற்றி ஒரு வாய்ப்பான சூழலை உருவாக்கும் தலைவர்களையே குழுக்கள் விரும்புகின்றன. அந்த நிலையில்தான் அவர்களும் குழந்தைகளைப் போல் எல்லாவற்றையும் எதிர்கொண்டு ஆற்றின் போக்கைப் போல் ஓர் இடத்தில் நிற்காமல் பாய்ந்து கொண்டேயிருப்பார்கள்.

நீங்களே உங்களை ஏற்றுக்கொள்ளவில்லையென்றால் மற்றவர்களை எப்படி அவர்களையே ஏற்றுக் கொள்ள வைப்பீர்கள்? ஒரு தலைவன் முதலில் தன்னை ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

எல்லா மகத்தான அனுபவங்களும் நம்மைத் தகர்ப்பவையாகவே இருக்கின்றன. எது ஆக்கசக்தி கொண்டதாக இருக்கிறதோ அதுவே அழிக்கும் சக்தி கொண்டதாகவும் இருக்கும். குழப்பத்தின் உச்சநிலையிலிருந்துதான் விண்மீன் பிறக்கிறது.

அதனால் நடந்தது குறித்து சந்தோஷப்படுங்கள். சரியா?

(ஓஷோவிடம் ஒரு தம்பதி வருகிறார்கள். அவர்முன் ஒன்றாக அமர்கிறார்கள். அந்தப் பெண் அழுது கொண்டிருக் கிறாள்.)

என்னுடைய பற்றுதலும் சொந்தம் கொண்டாடுதலும் எங்களைப் பிரிக்கும் காரணங்களாகிவிட்டன.

(இப்போது அந்த ஆண் சொல்கிறான்) எனக்கு என்று ஒரு காலமும் இடமும் தேவைப் படுகிறது. அதனால்தான் நான் பிரிகிறேன்.

பிரிவதால் பயன் இல்லை. ஒருவரை ஒருவர் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். உங்கள் இருவருக்கும் இடையே காதல் இருக்கிறது. அதை நான் உணர்கிறேன். ஆனால் அந்தக் காதல் இப்போது ஒரு சிக்கலில் மாட்டிக் கொண்டிருக்கிறது.

சில விஷயங்களை நீங்கள் நினைவில் கொள்ள வேண்டும். ஒன்று ஒவ்வொரு ஆணுக்கும் தனக்கென்று ஓர் இடம் வேண்டும். நீங்கள் ஒருவனைக் காதலித்தால் அந்தக் காதல் நிரந்தரமானது என்றால் அவனும் பதிலுக்கு உங்களைக் காதலிக்க வேண்டும் என்று நீங்கள் விரும்பினால் அவனுடைய தனியிடத்தை ஒருநாளும் ஆக்கிரமிக்காதீர்கள். ஒரு கால்வாசி இடமாவது அவனுக்கென்று இருக்கட்டுமே. பாவம் அதுகூட இல்லாமல் அவனால் நிம்மதியாக வாழமுடியாது.

அதுதான் ஆண் மனதுக்கும் பெண் மனதுக்கும் உள்ள பெரிய வித்தியாசம். பெண் மனம் காதலாலேயே நிரம்பிவிடும். ஒரு பெண்ணின் மொத்த இருப்பும் காதலின் பிடிக்குள் எளிதாக வந்துவிடும். ஆனால் ஓர் ஆணின் மனதிற்குப் பெண்ணின் காதல்தவிர வேறு குட்டிக் குட்டிக் காதல்களும் தேவைப்படும். அவனுக்கு இருக்கும் பலதரப்பட்ட காதல்களில் பெண்ணின் காதலும் ஒன்று. அது போக கவிதை, இசை, ஓவியம், வேட்டையாடுதல் போன்ற ஆயிரத்தியோரு முட்டாள்தனமான காதல்கள் இருக்கும். ஆனால் பெண்ணிற்கு ஓர் ஆணின்மேல் இருக்கும் காதலே போதுமானது.

தன் மனதிற்குப் பிடித்த காதலனைக் கண்டுபிடித்துவிட்டால் அதன்பின் ஒரு பெண் அவனை நாலாபக்கமும் சூழ்ந்து

கொள்கிறாள். அவன் ஆன்மாவில் உள்ள இண்டு இடுக்கையெல்லாம் தன் காதலால் நிரப்பிவிட வேண்டும் என்று படாத பாடு படுகிறாள். அந்த சமயத்தில் அவளுடைய காதலனுக்குப் பயம் வந்துவிடும். அவன் தனக்கென்று கொஞ்சமாவது சுதந்திரம் வைத்துக் கொள்ளவேண்டும் என்று நினைப்பான். அவன் தானாக இருப்பதற்குத் தனிமையை நாடுவான்.

அவனுடைய முக்கால்வாசி உங்களுக்கு வேண்டுமென்றால் கால் பாகத்தை நீங்கள் விட்டுக்கொடுக்க வேண்டும். அப்போதுதான் இந்தக் காதல் வியாபாரம் தொடர்ந்து நடக்கும். இல்லாவிட்டால் நீங்கள் ஒரு நாள் மொத்தத்தையும் தொலைத்து விடுவீர்கள்.

ஒரு பெண்ணிற்குக் காதல்தான் வாழ்க்கையே. இது அவளுடைய இயற்கை. இதைப் புரிந்துகொள்ள பக்குவம் வேண்டும். ஒரு பெண்ணால் முடியுமென்றால் தன் காதலனைக் குழந்தையாக்கி அப்படியே தன் கருப்பைக்குள் வைத்துக் கொள்வாள். அப்போது தானே அவள் அவனை முழுவதுமாகச் சூழ்ந்துகொள்ள முடியும்? அப்போதுதானே அவனால் அவளிடமிருந்து தப்பிக்க முடியாது.

அப்படி ஒரு பெண்ணால் செய்யமுடியாது. ஆகையால் அவள் ஆணைச் சுற்றி ஒரு மானசீகக் கருப்பையை உருவாக்குகிறாள். அதுதான் இல்லம்.

அவன் சாதாரணமாகப் புத்தகம் படித்துக் கொண்டிருந்தாலும் எங்கே தன்னைவிட அந்தப் புத்தகம் இன்னும் சுவாரசியமாக இருந்துவிடப் போகிறதோ என்று அஞ்சுவாள் காதலி. அவன் புல்லாங்குழல் வாசித்துக் கொண்டிருந்தால் அதிலேயே மூழ்கிப்போய்த் தன்னை மறந்துவிடுவானோ என்று யோசிப்பாள்.

எல்லாமே தன்னுடன் போட்டி போடுவதாக அவளுக்குத் தோன்றும். காதலனின் முழுக்கவனமும் தன்மேல் இருக்க வேண்டும் என்று எப்போதும் விரும்புவாள். ஆனால் இது ஓர் ஆணால் செய்ய முடியாத காரியம். அவனை அப்படிச் செய்யச் சொல்லி வற்புறுத்தினால் ஒன்று அவன் தப்பித்து ஓடிவிடுவான். இல்லாவிட்டால் தன் காதலியிடம் சரணடைந்துவிடுவான். அப்படிச் சரணடைந்து விட்டால் அவன் உணர்ச்சியில்லாத பிணமாகத்தான் இருப்பான்.

அப்படி ஓர் ஆண் பெண்ணிடம் சரணடைந்துவிட்டால் அதன்பின் அவளுடைய காதலனாகவோ கணவனாகவோ அவனால் இருக்க முடியாது. அவளுடைய அடிமையாகத்தான் இருப்பான்.

அப்போது அந்தப் பெண்ணிற்கு ஆணைப் பிடிக்காமல் போய்விடும். யாருக்குத்தான் ஓர் அடிமையைப் பிடிக்கும்?

எந்தக் காலத்திலும் தன் காதலனிடம் தான் சரணடைவதையே அவள் விரும்புவாள். தன்னிடம் காதலன் சரணடைவதை ஒரு நாளும் விரும்பமாட்டாள். இப்போதுதான் குழப்பமே ஆரம்பமாகிறது. ஒரு பெண் தன் காதலன் தனக்காகவே வாழ வேண்டும் என்று விரும்புகிறாள். ஆனால் அப்படி நடந்துவிட்டால் அவளுக்குக் காதலனைப் பிடிக்காமல் போய்விடும்.

அவன் சரணடையாமல் இருப்பதே நல்லது. அவன் சுதந்திரத்தை விரும்புகிறான். தனக்கென்று ஓர் இடைவெளி ஒரு தனியிடம் வேண்டும் என்று விரும்புகிறான். கொஞ்சம் இடம்தான். அவன் அதிகம் கேட்கவில்லை. நீங்கள் அவனுடன் இருக்க விரும்பினால் உங்கள் பற்றுதலைக் குறைக்க வேண்டும். எந்த நேரமும் அவனைப் பிடித்துத் தொங்கிக் கொண்டிருக்கக் கூடாது. அப்படிச் செய்தால் அவன் இன்னும் விலகிப் போய்விடுவான்.

இன்னொரு முறை முயற்சி செய்து பாருங்களேன். இந்த முறை நான் உங்களுக்கு உதவுகிறேன். உங்களுக்குள் ஏதாவது பிரச்சினை வந்தால் என்னிடம் வாருங்கள். நீங்களாக அதை வாதிட்டுத் தீர்த்துக் கொள்ளலாம் என்று நினைக்காதீர்கள். இன்னொரு முறை முயன்று பாருங்கள். திருமணம் செய்து கொள்ளுங்கள். ஒருவரை ஒருவர் கொஞ்சமாவது எதிர்கொள்ளுங்கள்.

○

பத்தாம் நாள்

உங்களைக் கொஞ்சம் ஒதுக்கி வையுங்கள்

இதுவரை நான் உங்களை எதிர்த்திருக்கிறேன். எனக்குப் பிடிக்காத கருத்துகளை நீங்கள் உங்கள் உரையின்போது சொன்னால் நான் சத்தமாக இருமுவேன்.. இதையெல்லாம் நான் திட்டமிட்டுச் செய்யவில்லையென்றாலும் என் செயலுக்கும் என் மனநிலைக்கும் நெருங்கிய தொடர்பு இருக்கிறது என்றே தோன்றுகிறது.

நல்லது. நீங்கள் அந்தத் தொடர்பைக் கண்டுபிடித்தது நல்ல அறிகுறி என்றே தோன்றுகிறது.

எனக்கு உங்களைப் பிடித்திருக்கிறது.

உங்களுக்கு என்னைப் பிடித்தால் என்ன செய்வீர்கள்?

என் நாவினால் உங்களைத் தொட விரும்புகிறேன்.

நல்லது. அது தப்பில்லை.

எனக்குள் இருக்கும் கிறிஸ்தவனிடம் இன்று நான் பேசினேன். ஏசுபிரானோடு தொடர்பு கொள்ள வேண்டும் என்று எனக்கும் விருப்பம்தான். ஆனால் எல்லாமே அப்பழுக்கில்லாமல் மிகச்சரியாக இருக்க வேண்டும் என்ற என் மனப்பாங்கும் கடவுளின் கோபத்தினால் மனதில் உண்டாகும் பயமும் என்னை வாழ்க்கையிலும் உடலுறவிலும் முழுமையாக ஈடுபடவிடாமல் தடுக்கிறது. அதனால் என் நிலைமை மோசமாக இருக்கிறது.

சில நேரங்களில் மனதில் எதிர்ப்பு உணர்வு வருவது நல்லதுதான். அது வளர்ச்சியின் ஒரு பகுதி. சில நேரங்களில் சில விஷயங்களை வேண்டாம் என்று ஒதுக்குவதும் சில விஷயங்களை எதிர்ப்பதும் மனித இயல்புதான். அந்த எதிர்ப்பும்

நமக்கு நன்மையே செய்கிறது. ஒன்றை இல்லை என்று மனமார மறுத்தால்தான் பின் அதைப் புரிந்து கொண்டு அதை விரும்புவதும் மனப்பூர்வமான செய்கையாக இருக்கும்.

இல்லை என்று சொல்லாமல் முதலிலேயே ஆம் என்று சொல்லிவிட்டால் அந்த 'ஆம்' சக்தியில்லாததாக இருக்கும். எதிர்த்து நிற்பவன் கீழ்ப்படியும்போது அது உண்மையான கீழ்ப்படிதலாக இருக்கும். அது நல்லது. அதைப் பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள். அதனை உள்ளே அடக்கிவைக்காதீர்கள்.

என்னுடன் நீங்கள் ஒரு சதவிகிதம் ஒத்துப் போனாலும் என்னிடமிருந்து தப்பிக்க முடியாது. உங்களில் 99 சதவிகிதம் என்னை எதிர்க்கலாம். பரவாயில்லை. உங்களுக்குள் எனக்கென்று ஒரு சின்ன இடம் கிடைத்துவிட்டாலும் போதும். அதன்பின் நான் உங்களுக்குள் ஆழமாகப் புகுந்துவிடுவேன் உங்களால் ஒன்றும் செய்யமுடியாது. அந்த ஒரு சதவிகிதம் இரண்டு சதவிகிதமாகு.ம். இரண்டு மூன்றாகும். இப்படியே போனால் நான் இருப்பேன். நீங்கள் இருக்க மாட்டீர்கள்.

கிறிஸ்தவ மதம் சதா உங்களைச் சாடிக்கொண்டேயிருக்கிறது. இந்தச் சாடுதலைத் தடுத்து நிறுத்த வேண்டும். அதுவும் எந்த முயற்சியும் இல்லாமல் இந்தச் சாடுதலிலிருந்து தப்பிக்க வேண்டும். உங்கள் முயற்சியால் அந்தச் சாடுதலைக் கைவிடும் போது அதன் ஒரு பகுதி உங்களைப் பற்றித் தொங்கிக்கொண்டிருக்கும்.. போதை தெளிந்தபின் ஏற்படும் தலைவலி போல் உங்களைத் தொடர்ந்து கொண்டேயிருக்கும். அதனால் ஒன்றை முழுவதுமாகக் கைவிட வேண்டுமென்றால் அதை நன்றாகப் புரிந்து கொண்டாலே போதும்.

முதலில் உங்கள் வேர்கள் உங்கள் உடலில்தான் இருக்கிறது என்பதை நீங்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் உங்கள் உடலில்தான் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். நீங்கள் உங்கள் உடல் இல்லை. என்றாலும் உங்கள் உடலுக்கு என்று சில தேவைகள் இருக்கின்றன. அவற்றை நிறைவேற்றியேயாக வேண்டும். உங்கள் உடலை ஏற்றுக் கொள்ளாத எந்த மதமும் முழு மதம் இல்லை. அது பாதி மதம்தான். உங்களுக்குள் அது பாதி மாற்றத்தைத்தான்

உண்டாக்கும்.. அதுவும் அரைவேக்காட்டுத்தனமாகத்தான் இருக்கும். உங்களில் ஒரு பாதி வளர்ச்சியடையாது. அந்தப் பாதி உங்கள் கழுத்தில் கட்டப்பட்ட கல் போல் உங்களை அமுக்கிக் கொண்டிருக்கும்.

வளர்ச்சி என்பது முழுமையாக இருக்க வேண்டும். அப்படி நிகழ வேண்டுமென்றால் எல்லாவற்றையும் ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். எதனையும் வெறுத்து ஒதுக்கக் கூடாது. எல்லாவற்றையும் ஓர் உயர்ந்த இசைவிற்காகப் பயன்படுத்திக் கொள்ளவேண்டும். பாலுணர்வு என்பது வெறும் பாலுணர்வாக மட்டும் இருக்கக்கூடாது. அப்படிச் செய்வது அசிங்கமானது. அதை ஓர் உயர்ந்த இசைவிற்காகப் பயன்படுத்த வேண்டும். அப்போது அது அன்பாக மாறும். அந்த அன்பு வழிபாட்டுணர்வாக மாறும். பின் மேலும் பல நுண்ணிய உயர்ந்த விஷயங்களாக உங்கள் பாலுணர்வு மாறும். இறுதியில் பாலுணர்வே இறைமையாக மாறிவிடும்.

இறைமை என்ற மகத்தான சக்தியின் கீழ்மட்டத்தில் இருக்கும் பரிமாணமே பாலுணர்வு. இறைமை என்ற கோயிலுக்குச் செல்லும் வழியில் இருக்கும் முதல் படி பாலுணர்வு. அந்த முதல்படியை நீங்கள் மறுத்தால் இரண்டாவது படிக்குச் செல்ல முடியாது. அப்பறம் கோயிலுக்குள் எப்படி நுழைவீர்கள்?

பாலுணர்வை முதலில் ஏற்றுக்கொளள வேண்டும். பின் அதைப் பயன்படுத்திக்கொள்ள வேண்டும். பிறகு அதை விட்டுவிட்டு மேலே செல்ல வேண்டும். வார்த்தைகளை நன்றாகக் கவனியுங்கள். அதைத் துறக்க வேண்டும், தூக்கியெறிய வேண்டும் என்று சொல்லவில்லை. அதை விட்டுவிட வேண்டும் என்றுதான் சொல்கிறேன். நீங்கள் தொடர்ந்து வளர்ந்து கொண்டேயிருப்பீர்கள். அந்த வளர்ச்சியில் பல படிகளைத் தாண்டும்போது முதல்படி இயற்கையாகவே பின்னால் தங்கிவிடும். நீங்கள் கோயிலுக்குள் கர்ப்பக்கிரகத்திற்குள் இருப்பீர்கள். முதல்படி அப்போதும் கோயிலை விட்டுத் தள்ளித் தெருவில்தான் இருக்கும்.

ஆனால் கோயிலுக்குள் செல்ல அந்த முதல்படியும் உதவி செய்ததல்லவா? அதனால் அதனிடம் நன்றியுடன் இருங்கள்.

என் பிரச்சினை என்னவென்றால் என்னால் அந்த முதல்படியை முழுவதுமாக ஏற்றுக் கொள்ளவும் முடியவில்லை. அதை விட்டு

விலகிப் போகவும் முடியவில்லை. அதில் நான் அகப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறேன்.

எனக்குப் புரிகிறது. உங்கள் மனதின் அடியாழத்தில் அந்த முதல்படியை நீங்கள் வெறுத்து ஒதுக்குவது புரிகிறது. நீங்கள் அதை இன்னும் புரிந்துகொள்ளவில்லை..

ஒரு சின்ன உதாரணம். இடது பக்க சாலையில் திரும்பினால் ரயில் நிலையத்துக்குப் போகலாம் என்று முப்பது வருடங்களாக உங்களுக்குச் சிலர் சொல்லி வந்திருக்கிறார்கள். நீங்களும் அவர்கள் கூற்றை அப்படியே நம்பி வந்திருக்கிறீர்கள். ஆனால் ஒருமுறைகூட நீங்கள் அந்த சாலையில் சென்றதில்லை.

இப்போது திடீரென்று ஒரு நாள் ரயில் நிலையத்திற்குப் போக அந்தச் சாலையில் செல்கிறீர்கள். ரயில் நிலையம் அங்கு இல்லை. அங்கு இருக்கும் ஒருவரிடம் வழி கேட்கிறீர்கள். 'நீங்கள் வந்த வழியே தப்பு. மீண்டும் அந்த சாலை சந்திப்புக்குச் சென்று வலது பக்கச் சாலையில் செல்லுங்கள். அப்போதுதான் ரயில் நிலையத்திற்குப் போகமுடியும்' என்று அவர் சொல்கிறார்.

நீங்கள் என்ன சொல்வீர்கள்? 'ஐயா முப்பது வருடமாக இது ரயில் நிலையம் செல்லச் சரியான பாதை என்று நம்பி வந்திருக்கிறேன். இப்போது திடீரென்று வேறு பாதையில் போகச் சொன்னால்? என்னால் இந்தப் பாதையை விடமுடியாது.' என்று சொல்வீர்களா?

நீங்களே கண்கூடாகப் பார்த்துவிட்டீர்கள். நீங்கள் வந்த சாலையில் ரயில் நிலையம் இல்லை. அந்த மனிதரிடம் "நீங்கள் சொல்வது சரிதான். எனக்கு யாரோ தவறான வழியைக் காட்டி விட்டார்கள். நன்றி." என்று சொல்லிவிட்டுச் சரியான வழியில் செல்வீர்களா இல்லையா?

இந்த அளவிற்காவது புரிந்துணர்வு வேண்டும். யாரோ உங்களிடம் பாலுணர்வைப்பற்றித் தவறான கருத்துக்களைச் சொல்லி விட்டார்கள். இப்போது உங்களுக்கு விழிப்புணர்வு வந்துவிட்டது. உங்களுக்குத் தவறான போதனை செய்தவர்களுக்கு இன்னும் விழிப்புணர்வு வரவில்லை. அவர்கள் பக்குவமடையாதவர்களாக இருக்கலாம். இல்லை அவர்களை மற்றவர்கள் தவறான பாதையில்

செலுத்தியிருக்கலாம். அவர்களும் பாவம் உங்களைப் போல் வேதனையில் இருந்தவர்கள்தான். தங்கள் வேதனையை உங்களிடம் மாற்றி விட்டிருக்கிறார்கள். அவ்வளவுதான்.

ஆனால் இப்போது தயவு செய்து அதே வேதனையை வேறு யாருக்கும் மாற்றாதீர்கள். யாருக்காவது உபதேசம் செய்யவேண்டும், மனதில் உள்ள பாரத்தை வேறு யாரிடமாவது இறக்கி வைக்க வேண்டும் மற்றவர்களுடன் வாதம் புரிந்து அவர்களை இந்த விஷயத்தை ஏற்றுகொள்ள வைக்க வேண்டும் என்ற சபலம் உங்களுக்கு ஏற்படலாம்.

தேவைப்பட்டால் மூன்று நாட்கள் உங்கள் அறைக்கதவைச் சாத்திக் கொண்டு சுவரைப் பார்த்தபடி உட்கார்ந்திருங்கள். உங்கள் மனதில் இருக்கும் அந்தப் பழைய வழிமுறைகளையும் சிந்தனைகளையும் நன்றாக ஆராயுங்கள். இதை ஆங்கிலத்தில் conditioning என்று சொல்வார்கள். தமிழில் மனக்கட்டுத் திட்டம் என்று சொல்லலாம். உங்கள் மனக்கட்டுத் திட்டங்கள் உங்களை எங்கும் கொண்டு செல்லவில்லை என்று விரைவில் உணர்வீர்கள். அதிகபட்சமாக அவை உங்களுக்குள் சில பிளவுகளை உண்டாக்கி யிருக்கின்றன.

அதனால் நீங்கள் தீர்மானிக்க வேண்டிய நேரம் வந்துவிட்டது. வந்த பாதை தவறு என்று தெரிந்து கொண்டு விட்டீர்கள். இனி அதை விட்டுவிட்டு வேறு பாதையில் செல்ல வேண்டியதுதான். அதை விட்டு விலகி நேர் எதிர் பாதையில் செல்லுங்கள். உங்கள் மனக்கட்டுத் திட்டங்களை உடைக்க ஏதாவது செய்யவேண்டும்.

அதனால் காதல், உறவு, பாலுணர்வு போன்றவற்றில் சில காலம் திளைத்திருங்கள். அப்போதுதான் எந்த இடத்தில் அந்த வெறுத்தல் வருகிறது என்பதை நீங்கள் உணர முடியும். பாலுணர்வை வெறுப்பது முட்டாள்தனம். அதில் எந்தத் தப்பும் இல்லை. இதை உணர்ந்தவுடன் உங்கள் மனக்கட்டுத் திட்டங்கள் தாமாகவே விலகிவிடும். நீங்கள் விடுதலையடைவீர்கள். முயன்று பாருங்கள்.

நீண்டகாலம் முயற்சி **செய்து** பார்த்துவிட்டேன்.

தவறான வழியில் முயல்கிறீர்கள். இன்னும் பழைய கோட்பாடு களைப் பிடித்துத் தொங்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அந்தக்

கோட்பாடுகளினால் என்னை மறுக்கப் போகிறீர்கள். உங்களிடம் ஏற்கனவே சில கருத்துகள் வேரூன்றியிருப்பதால் என்னை எதிர்க் கிறீர்கள்.

உங்களைச் சரணடைந்தால் நீங்கள் ஏசுநாதராக மாறிவிடு வீர்களோ என்ற பயம் இருக்கிறது.

நீங்கள் முயற்சி செய்ய வேண்டும். வேறு வழியில்லை. என்னைக் கொஞ்சம் சுவைத்து, சோதித்துப் பாருங்களேன். என்னுள் ஆழமாக வாருங்கள். நான் சொல்வதை எதிர்ப்பதால் எந்தப் பயனும் விளையாது. அது நீங்கள் இன்னும் பழைய கருத்துகளைப் பிடித்துத் தொங்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதற்கான அறிகுறி.

உங்கள் கருத்துகள் உங்களை எங்கே கொண்டு வந்து சேர்த்திருக்கின்றன என்பதைப் பாருங்கள். வேதனை - முரண்பாடுகள் - மனதில் பிளவுகள். இவைதாம் மிச்சம். இந்த நிலையிலும் பழைய கருத்துக்களைப் பிடித்துத் தொங்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அதனால் என்னை எதிர்க்கவும் துணிந்துவிட்டீர்கள். இதில் எப்படி இன்னும் ஆழமாகப் போவது என்ற கேள்வி வேறு. ஆற்றின் ஒரு கரையைப் பிடித்துத் தொங்கிக்கொண்டிருந்தால் எப்படி மறுகரைக்குப் போகமுடியும்? இந்தக் கரையை விட வேண்டும் ஆற்றில் குதித்து நீந்த வேண்டும். அப்போதுதான் மறுகரையை அடைய முடியும்.

நீங்கள் என்னுடன் இருக்க விரும்பினால் என்னிடம் சரணடைய வேண்டும். அதில் அபாயமும் இருக்கத்தான் செய்கிறது. யார் கண்டது, நான் காட்டும் வழியும் தவறான வழியாக இருக்கலாம். என்னால் எந்த உத்தரவாதமும் தரமுடியாது. நான் உத்தரவாதம் கொடுப்பதால் எந்தப் பயனும் இல்லை. / நானே தப்பான ஆசாமியென்றால் என் உத்தரவாதமும் தவறானதாகத்தானே இருக்கும். நான் ஆயிரத்தியொரு உத்தரவாதங்கள் தரலாம். அதனால் எந்தப் பயனும் இல்லை. ஒருமுறை முயற்சி செய்துதான் பாருங்களேன்.

நான் சிறுவயதில் செய்ததை இப்போதும் செய்து கொண்டிருக்கிறேன். என் பெற்றோர்கள் என்னைக் கண்டிக்கும்

போது அல்லது எதிர்மறையாக எதையாவது சொல்லும் போது நான் என் மனதை மூடிக்கொண்டு விலகிச் சென்று விடுவேன். 'எனக்கு மனிதர்களே தேவையில்லை. நான் தனியாளாகவே வாழ்ந்துவிடுவேன்.' என்று எனக்கு நானே ஆறுதல் சொல்லிக் கொள்வேன். இன்று என் நண்பர்கள் என்னை விமர்சிக்கும் போதும் அதையே செய்கிறேன்.

அந்தப் பழைய பழக்கம் இன்னும் இறுக்கமாக ஆழமாகப் பதிந்துவிட்டது. அதற்கு நேர் எதிர் வழியில் சென்று பாருங்கள். எதிர்மறையான விமர்சனம் வரும்போது உங்கள் மனதை மூடிக் கொள்வதற்குப் பதிலாக, திறந்த மனதுடன் இருந்து பாருங்கள். விலகிச் செல்ல வேண்டும் என்ற உந்துதல் வந்தால் விலகிச் செல்லாதீர்கள். அவர்களுடன் பேசவே வெறுப்பாக இருக்கிறது என்றால் பேச முயற்சி செய்யுங்கள். அந்த நண்பருடன் செய்து கொண்டிருந்த வாதத்தை முடித்துக் கொள்ள வேண்டும் என்று தோன்றினால் அப்படிச் செய்யாதீர்கள். மாறாக இன்னும் ஆவேசத்துடன் வாதத்தைத் தொடருங்கள்.

ஒரு சூழ்நிலை உங்களிடம் பயத்தை உண்டாக்கினால் உங்களுக்கு இரண்டு வழிகள்தான் இருக்கின்றன. ஒன்று அதை எதிர்த்துப் போராடுவது. மற்றொன்று அந்த சூழ்நிலையிலிருந்து தப்பித்துக்கொண்டு ஓடுவது. ஒரு சிறு குழந்தையால் சூழ்நிலையை எதிர்த்துப் போராட முடியாது. அதுவும் நீங்கள் வசிக்கும் எத்தியோப்பியா போன்ற நாடுகளில் உள்ள குழந்தைகளால் நிச்சயம் போராட முடியாது. அதனால் அவர்கள் தப்பியோடவே பார்ப்பார்கள். அமெரிக்கா போன்ற நாடுகளில் குழந்தைகள் போராடும் வேகத்தைப் பார்த்து பெற்றோர்தான் தப்பி ஓட வழி தேடுவார்கள்.

ஆனால் பழைய நாடுகளில் மரபுகள் தழைத்திருக்கும் நாடுகளில் ஒரு குழந்தையால் போராட முடியாது. அதனால் அவர்களுக்கு இருக்கும் ஒரே வழி விலகிச் செல்லுதல். மனதை மூடிக்கொள்ளுதல். தங்களைச் சுற்றி ஒரு கவசத்தைப் போட்டுக் கொள்ளுதல். அதைத்தான் நீங்கள் சிறுவயதில் செய்து வந்திருக்கிறீர்கள்.

இப்போது உங்களுக்கு ஒரே ஒரு வழிதான் இருக்கிறது. தப்பியோட வேண்டும் என்ற எண்ணம் வரும்போதெல்லாம் அப்படிச் செய்யாமல் அங்கேயே நின்று எதிர்த்துப் போராடுங்கள். ஒரே ஒரு மாதம் இதுவரை செய்ததற்கு மாறாகச் செய்து பாருங்கள். அப்பறம் பார்க்கலாம். இதுவரை செய்ததற்கு மாறாக உங்களால் செய்யமுடியும் என்றால் இரண்டையும் எப்படி விடுவது என்று நான் சொல்லித்தருகிறேன். இரண்டையுமே கைவிட வேண்டும். அப்போதுதான் மனிதன் அச்சமற்றவனாக முடியும். நீங்கள் ஒரு வழியில் அதிக தூரம் சென்றுவிட்டதால் சில காலம் நேர் எதிர் வழியில் பயணிக்க வேண்டியிருக்கிறது. அப்போதுதான் சமநிலையை அடைவீர்கள்.

ஒரே ஒரு மாதம். எதையும் எதிர்த்துப் போராடும் வீரனாக இருங்கள். அது உங்களுக்குச் சுகமாக இருக்கும். தப்பி ஓடும் போது உங்களுக்குள் ஒரு தாழ்வு மனப்பான்மை வந்துவிடும். எதிர்த்துப் போராடும்போது அந்தத் தாழ்வு மனப்பான்மை போய்விடும். விலகிச் செல்வது தன் மனதை மூடிக்கொள்வது எல்லாமே ஒரு கோழையின் செயல்கள். தைரியசாலியாக இருங்கள். பின் இரண்டையுமே விட்டுவிடலாம். ஏனென்றால் அதீத தைரியமும் ஒருவகையான கோழைத்தனம்தான். கோழைத்தனம் தைரியம் இரண்டும் மறைந்துவிட்டால் பயமற்ற நிலை பிறக்கிறது. முயற்சி செய்யுங்கள்.

என்னுள் அதீத பயம் இருக்கிறது. எனக்கே என்னைப் பிடிக்காது. இதற்கும் என் பயத்திற்கும் நெருங்கிய தொடர்பு இருக்கிறது என்பதைச் சமீபத்தில்தான் கண்டுபிடித்தேன். மற்றவர்கள்மூலம் என்னை நானே எடை போட்டுக் கொண்டிருக் கிறேன். என் நிலையில் எனக்குத் திருப்தியோ சந்தோஷமோ இல்லை.

நீங்கள் என்ன செய்யமுடியும்? உங்களுக்குப் பிடிக்கிறதோ இல்லையோ நீங்கள் நீங்களாகத்தானே இருக்க முடியும்? நீங்கள் நினைத்தாலும் வேறு ஒருவராக மாற முடியாது. அப்படி மாற நினைப்பது அபத்தம். முட்டாள்தனம். உங்களுக்கு உங்களைப் பிடித்திருக்கிறதா என்பது கேள்வியில்லை. உங்களை யாரும் அப்படிக் கேட்கவில்லை. நீங்கள் நீங்களாகவே இருப்பீர்கள்.

அதிலிருந்து தப்பிக்க முடியாது. அதனை ஏற்றுக்கொள்வதும் ஏற்றுக்கொள்ளாததும் உங்கள் கையில் இருக்கிறது.

நீங்கள் நீங்களாக இருப்பதில் எந்தத் தவறும் இல்லை. நீங்கள் தொடர்ந்து உங்களை மற்றவர்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பதில்தான் பிரச்சினை வருகிறது. ஒப்பிடுவதால் என்ன பயன்?

ஒவ்வொரு மனிதனும் ஒவ்வொரு மாதிரி. அதனால் ஒப்பீடு என்பதே ஓர் அர்த்தமற்ற செய்கை. எல்லாரும் எல்லாரையும் போல் இருந்தால்தான் ஒப்பீடு செய்ய முடியும். ஒரு ரோஜா மலரைத் தாமரை மலருடன் ஒப்பிட முடியுமா? அது அபத்தத்தின் எல்லையல்லவா? ரோஜா ரோஜாதான். தாமரை தாமரைதான். ஒவ்வொரு தனிமனிதனும் ஒரு வித்தியாசமான மலர். அவனை வேறு மனிதனுடன் ஒப்பிட முடியாது. ஒப்பீடு செய்வதைத் தவிருங்கள். வாழ்க்கையை அனுபவியுங்கள். ஏன் ஒப்பீடு செய்து காலத்தை வீணாக்குகிறீர்கள்?

பயம் இருக்கட்டும். அது கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போய்விடும். பயத்தை ஏதாவது செய்ய முயன்றால் அது போக நாளாகும். ஒரு வகையில் பார்த்தால் பயம்கூட ஓர் இயற்கையான உணர்வுதான். எப்படியும் மரணம் நிச்சயம். நமக்குள் இருக்கும் ஒன்றுக்கு ஜனனம் - மரணம் எதுவும் கிடையாது என்பதை நீங்கள் உணரும்வரை மரணமில்லாப் பெருவாழ்வை நீங்கள் ருசித்துப் பார்க்கும் வரை பயம் உங்களை நிழல் போலப் பின் தொடரும். பயத்தை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். அது மனிதத்தன்மையில் ஒரு பகுதி.

இதுபோன்ற வெட்டிப் பிரச்சினைகளில் நேரம் கழிப்பதற்குப் பதிலாக வாழத் தொடங்குங்கள். மக்களுடன் உறவாடுங்கள். சின்னச் சின்ன விஷயங்களில் இருக்கும் இன்பத்தை நுகருங்கள். இப்படிச் செய்யும் போதுதான் உங்களுக்கு உங்களைப் பிடிக்க ஆரம்பிக்கும். உங்களுக்கு உங்கள் மீதே வெறுப்பு இருந்தால் உங்களால் எதையும் அனுபவிக்க முடியாது. எதையும் அனுபவிக்க முடியாதென்றால் உங்கள் மேலுள்ள வெறுப்பு இன்னும் அதிகமாகும் அதன்பின் இது ஓர் அழிவுச் சுழலாகி உங்களை அதலபாதாளத்தில் தள்ளிவிடும்.

அதிலிருந்து வெளியே வாருங்கள். அது ஒன்றும் பெரிய கம்ப சூத்திரம் இல்லை. ஒரு நொடியில் ஒரு முடிவில் ஒரு மனிதன் மொத்தமாக மாறிவிடலாம். படிப்படியாக நிகழும் மாற்றம் இல்லை இது. இந்தக் கணத்தில் நீங்கள் விரும்பினால் இந்த மாற்றம் நிகழும். ஆனால் நீங்கள் விரும்ப வேண்டும். நீங்கள் மாற வேண்டும் என்று நான் விரும்புவதால் எந்தப் பயனும் இல்லை.

இதிலிருந்து வெளியே வரவேண்டும் என்று விரும்பினால் இந்தக் கணத்தில் வெளியே வந்துவிடலாம். இந்த வேதனை நீங்கள் உருவாக்கியது. எல்லாமே பொய்.

வேதனை ஏன் வருகிறது? உங்களுக்கு உங்களையே பிடிக்காததால்தான். உங்களைச் சேர்ந்தவர்கள் யாரோ - உங்கள் தாய் தந்தை குடும்பத்தார் -நீங்கள் எதற்கும் உதவாதவர் என்ற கருத்தை உங்களுக்குள் ஊன்றியிருக்க வேண்டும். அந்தக் கருத்தை நீங்களும் ஏற்றுக்கொண்டதுதான் பரிதாபத்திலும் பரிதாபம்.

நீங்கள் எதற்கும் உதவாதவர் என்று தீர்மானிக்க அவர்கள் யார்? நீங்கள் எப்படிப்பட்டவர் என்று தீர்மானிக்கும் உரிமை உங்களுக்கு மட்டும்தான் இருக்கிறது. உங்களைப்பற்றிய மற்றவர்களின் தீர்ப்புகள் எல்லாமே முட்டாள்தனமானவை. மேலோட்டமானவை. யாராலும் உங்கள் மனதைப் பார்க்க முடியாது. அவர்கள் மேலெழுந்தவாரியாகப் பார்த்துத் தங்கள் தீர்ப்பை எழுதிவிடுகிறார்கள். நீங்களும் அந்தத் தீர்ப்பை ஏற்றுக் கொண்டுவிட்டீர்கள்.

அடுத்தவர்களின் தீர்ப்பைப் பொறுத்து நீங்கள் உங்களை விரும்புகிறீர்கள். இல்லை வெறுக்கிறீர்கள். இரண்டுமே தவறு. வாழ்க்கை வாழ்வதற்கே. என்றோ ஒரு நாள் வாழப்போகிறோம் என்று நினைத்து மக்கள் அதற்கான ஏற்பாடுகளைச் செய்து கொண்டிருக்கிறார்கள். இதற்கிடையில் அவர்கள் வாழ்க்கை கை நழுவிப் போய்க்கொண்டிருக்கிறது.

நான் இப்போது தியானம் செய்கிறேன். என் மனம் எப்படி இடைவிடாமல் எதையாவது சிந்தித்துக் கொண்டேயிருக்கிறது என்பதை அனுபவித்துத் தெரிந்துகொண்டேன். அதை அமைதிப்படுத்துவது முடியாத காரியம் என்றும் தோன்றுகிறது.

மனதை அமைதிப்படுத்த வேண்டும் அல்லது எண்ண ஓட்டத்தை நிறுத்த வேண்டும் என்ற அவசியமே இல்லை.

சாலையில் இருக்கும் நெரிசலான போக்குவரத்து சாலையை விட்டு ஒதுங்கி நடைமேடையில் இருப்பவரைப் பாதிப்பதில்லை. நடைமேடையில் இருப்பவர் போக்குவரத்தில் சிக்கிக் கொள்ளாமல் அதனை வேடிக்கை பார்ப்பதுபோல் நீங்களும் உங்கள் எண்ண ஓட்டத்தில் சிக்கிக் கொள்ளாமல் அதை வேடிக்கை பார்க்க வேண்டும். நாம் நமது எண்ணங்கள் இல்லை. நாம் அதைப் பார்க்கும் ஒரு சாட்சிதான் என்ற உணர்வு இருந்தால் போதும்.

நமது எண்ணங்களை ஏற்றுக் கொள்ளும்போது மனதில் இருக்கும் இறுக்கம் குறைந்து ஒரு தளர்வுநிலை ஏற்படுகிறது. இந்த நிலை நமக்கும் நம் எண்ணங்களுக்கும் இடையே ஒரு தூரத்தை உருவாக்குகிறது. ஓர் எண்ணம் சரியா தவறா என்று மதிப்பீடு செய்யத் தொடங்கிவிட்டால் நீங்கள் இன்னும் அந்த எண்ணத்தைப் பற்றிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று பொருள். அதனால் உங்கள் எண்ணங்களுக்கு நன்மை தீமை என்று எந்தச் சாயமும் பூசாமல் தள்ளி நின்று வேடிக்கை பாருங்கள்.

உங்கள் மனதை விட்டு விலகி நில்லுங்கள். ஒரு மரத்தடியில் அமர்ந்து மனதில் உள்ள போக்குவரத்து நெரிசலைக் கவனியுங்கள். ஒரு நாள் திடீரென்று போக்குவரத்து முற்றிலுமாக நின்று சாலை காலியாகிவிடும். திடீரென்று ஓர் இடைவெளி உண்டாகும். அந்த இடைவெளியில் சாலை காலியாக இருக்கும். அந்த இடைவெளிதான் தியானம். ஆனால் அந்த இடைவெளி தானாக உருவாக வேண்டும். அதனைச் செயற்கையாக உருவாக்க முடியாது. உங்களால் மனதை அமைதிப்படுத்த முடியாது. நீங்கள் அதீதக் கவனத்துடன் காத்திருந்தால் ஒரு நாள் இல்லாவிட்டால் ஒரு நாள் உங்கள் மனம் தானாகவே அமைதிப்படும்.

சாட்சிபாவத்துடன் பார்ப்பது எனக்கும் பொருந்துமா? (இது வேறொருவரின் கேள்வி)

உங்களுக்கு அது பொருந்தாது. அது சிலருக்குத்தான் உதவும் என்று ஏற்கனவே சொல்லியிருக்கிறேன். மற்றவர்களுக்கு முழுமையான ஈடுபாடுதான் உதவி செய்யும்.

குருஜிஃப் (Gurdjieff) பின் ஆதரவாளர்கள் சிலர் நான் சொல்லும் சாட்சிபாவத்தைக் கடைப்பிடித்தார்கள். அவர்களுக்குப் பைத்தியம் பிடிக்காத குறை. ஏனென்றால் சிலருக்கு இந்த முறை அதீத மன அழுத்தத்தை உண்டாக்குகிறது.

பொதுவாக பெண்களின் இயல்புக்கு முழுமையான ஈடுபாட்டு முறை பொருத்தமாக இருக்கிறது. ஆண்களுக்கு சாட்சிபாவ முறை.

நீங்கள் எது செய்தாலும் அதில் முழுமையாக ஈடுபட வேண்டும். போக்குவரத்து நெரிசலில் நடுவில் இருக்க வேண்டியவர் நீங்கள். உங்கள் ஞானம் சந்தையின் நடுவில்தான் வரும்.

நான் இந்த சாட்சிபாவ முறையைப் பின்பற்றலாமா? எனக்கு அது இன்னும் சரியாக விளங்கவில்லை.

நீங்கள் முதலில் இந்தப் பயிற்சியை மேற்கொள்ளுங்கள். ஒவ்வொரு நாளும் ஒரு மணி நேரம் சுவரைப் பார்த்தபடி அமர்ந்திருங்கள். அரைக்கண்களை மூடி சுவரைப் பாருங்கள். அப்போது உங்கள் மூக்கின் நுனியையும் உங்களால் பார்க்க முடியும். சுவரை ஒட்டி அமருங்கள். அப்போதுதான் உங்கள் பார்வையில் வேறு எதுவும் படாது.

தளர்வாக இருங்கள். எண்ணங்கள் தோன்றினால் அவை உங்களுக்கும் சுவருக்கும் நடுவே போய்க்கொண்டிருக்கின்றன என்று நினைத்துக் கொள்ளுங்கள். அந்த எண்ணங்கள் என்ன என்பதைப் பற்றிக்கூடக் கவலைப்படாதீர்கள். அவை கனவாக இருக்கலாம். அதீதக் கற்பனையாக இருக்கலாம். நல்ல எண்ணங்களாக இருக்கலாம் தீய எண்ணங்களாக இருக்கலாம். அதைப் பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள். அந்த எண்ணங்கள் உங்களுக்கும் சுவருக்கும் நடுவே போய்க் கொண்டிருக்கின்றன என்று நினைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

இரண்டு வாரங்களில் உங்களுக்கு சாட்சிபாவம் என்றால் என்ன என்று தெரிந்துவிடும்.

○

பதினொன்றாம் நாள்

இதைவிட மகத்தானது நடக்கலாம்

முப்பது பேர் அடங்கிய அரிகா குழு அன்று அங்கே இருக்கிறது. ஓஷோ முதலில் குழுவின் தலைவர்களில் ஒருவரிடம் பேசுகிறார்.

உங்கள் அனுபவம் எப்படி இருந்தது.?

அமெரிக்காவில் நான் தலைமை தாங்கிய அரிகா குழுக்களை விட இந்தக் குழுவில் இன்னும் அதிகம் அன்பு இருந்த்து. மற்றவர்கள்மேல் அதிகாரம் செலுத்தி நாட்டாண்மை செய்யும் ஆசை எனக்குள் இருப்பதையும் தெரிந்து கொண்டேன்.

ஆழமான அன்பு இருக்கும் இடத்தில்தான் உத்திகள் வேலை செய்யும். அன்பு இல்லாவிட்டால் உத்திகளால் எந்தப் பயனும் இருக்காது. வேலை செய்வது அன்புதானேயொழிய உத்திகள் இல்லை.

உத்திகள் வெறும் சாக்குகள்தான். அன்பிருக்கும் பட்சத்தில் அங்கே தலைவனுக்கும் தொண்டனுக்கும் வித்தியாசம் இருக்காது. ஆசிரியனுக்கும் மாணவனுக்கும் வித்தியாசம் இருக்காது.

இருவரும் ஒன்றாகவே வேலை செய்கிறார்கள். ஒன்றாகவே இருக்கிறார்கள். அது எல்லாரும் பகிர்ந்து கொள்ளும் ஓர் அனுபவம். தொண்டனைவிடத் தலைவன் உயர்ந்தவன் இல்லை. தலைவனுக்குக் கொஞ்சம் அதிகமாகத் தெரிந்திருக்கலாம். ஆனால் அவனும் தொடர்ந்து பாடம் கற்றுக்கொண்டுதான் இருக்கிறான்.

"எனக்கு அன்பைப் பற்றித் தெரியும்" என்று யாராலும் சொல்ல முடியாது. அன்பு எப்போதுமே புத்திசாலியாக இருக்காது. அதுதான் அன்பின் உண்மையான புத்திசாலித்தனம். அன்பு தொடர்ந்து கற்றுக் கொண்டேயிருக்கிறது. இறுதிவரை அதன் கற்றல் தொடர்கிறது. இறுதிவரை அது மாணவனாகவே இருக்கிறது.

தலைவனே பாடம் படித்துக் கொண்டிருந்தால் மற்றவர்களை அதிகாரம் செய்யும் ஆசை அவனுள் எழாது. அடுத்தவர்களை நாட்டாமை செய்யும் ஆசை எப்போது வருகிறது? தலைவன் தான் சேர வேண்டிய இடத்தில் சேர்ந்துவிட்டதாக நினைத்துக் கொள்ளும் போது. அவன் படிக்கவேண்டியதை எல்லாம் படித்து விட்டதாக நினைத்துக் கொள்ளும் போது. அவனுடைய பணி அடுத்தவர்களுக்கு உதவுவது என்பதை மறந்து அடுத்தவர்களை அடக்கியாளும் தலைவனாகத் தன்னைப் பாவித்துக்கொள்ளும்போது அவன் அகங்காரத்தின் பிடியில் சிக்கிக் கொள்கிறான். பின் எல்லாமே தவறாகிவிடுகிறது. அகந்தையின் கையில் உத்திகள் கிடைத்தால் அவை அழிவுப்பாதைக்குத்தான் இட்டுச் செல்லும். அதே உத்திகள் அன்பின் கையில் இருந்தால் அற்புதங்கள் நிகழும். அன்பு இருக்கும்போது விஷம் குடிப்பதை ஓர் உத்தியாகப் பயன்படுத்தினாலும் அந்த விஷம் அமுதமாகிவிடும். அன்பில்லாதபோது அமுதம் பருகுவதை ஓர் உத்தியாகக் கையாண்டால் அதுவே விஷமாகிவிடும்.

தலைவனாகப் பணியாற்றுவது என்பது கொஞ்சம் நெருடலான வேலை.

மற்றவர்களைவிட ஒரு தலைவனுக்குப் பொறுப்பு அதிகம். தலைவன் தன்னையும் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். தான் வழிநடத்திச் செல்பவர்களையும் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். அவன் தன்னைப் பார்த்துக் கொள்ளும் பொறுப்பு அதிகம். அடுத்தவர்மேல் அதிகாரம் செலுத்தும் ஆசை எப்போது வேண்டு மானாலும் வரலாம்.

இன்று உலகில் இருக்கும் குருமார்கள் அனைவரும் இந்த அதிகார போதையில் மயங்கிக் கிடக்கிறார்கள். அதைச் சுகமென்று நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். ஆனால் ஒரு நாள் உண்மை தெரியும்போதுதான் தங்கள் வாழ்க்கையே வீணாகிவிட்டது அவர்களுக்குத் தெரியும்.

பணத்தினாலோ, அறிவினாலோ துறவினாலோ தியானத்தாலோ எப்படி வந்தாலும் அதிகாரம் அதிகாரம்தான். அதிகாரம் என்பது வறுமை. ஒருநாள் இல்லாவிட்டால் அந்த மாயத்திரை விலகும் போதுதான் தங்களிடம் உள்ள வெறுமையை உணர்வார்கள்.

இதை முதலிலேயே தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். அடுத்தவர் களுக்கு உதவி செய்ய விரும்பினால் அகந்தையைக் கைவிட வேண்டும். அப்படிக் கைவிடும்போது நீங்கள் ஓர் உன்னதத் தலைவனாகிறீர்கள். இப்போது குழுவில் தலைவன் என்று யாரும் இருக்கமாட்டான். ஆனால் உங்களால் உங்கள் குழுவில் இருப்ப வர்களுக்கு உதவி செய்ய முடியும். அந்த உதவிக்கு எதிர்ப்பு வராது. உங்கள்மூலம் அடுத்தவருக்கு ஒரு வழி கிடைக்கும்.

உங்களை யாராவது எதிர்த்தால் அவரிடம் 'ஏன் என்னை எதிர்க்கிறாய்?' என்று கேட்காதீர்கள். உங்களுக்குள் பாருங்கள். உங்களுக்குள் இருக்கும் எது அவரிடம் எதிர்ப்பைத் தூண்டுகிறது என்று பாருங்கள். நுட்பமான உங்கள் அகந்தை உங்களுக்கும் அவருக்கும் நடுவே ஒரு சுவரை எழுப்பியிருக்கலாம்.

நீங்கள் ஒருவருக்கு உதவி செய்கிறீர்கள். அதை அவர் சரியாக ஏற்றுக்கொள்ளவில்லை என்றால் தவறு உங்களிடம்தான் இருக்க வேண்டும். உங்களுக்குள் பாருங்கள். உங்களை மாற்றிக்கொள்ளுங்கள். இன்னும் அதிகமான பணிவுடன் அவரை அணுகுங்கள். இங்கே உங்கள் இதயத்தில் பணிவு அதிகமானால் அங்கே வரும் எதிர்ப்பு தன்னால் மறைந்துவிடும்.

ஒரு தலைவன் ஆதிக்க உணர்வுடன் செயல்பட வாய்ப்பிருக்கிறது. அப்படிச் செய்தால் உங்களால் அழிக்க முடியுமேயொழிய எதையும் ஆக்க முடியாது.

இந்தக் குழு அனுபவங்கள் மற்றவர்களைவிடத் தலைவனுக்குச் சிறந்த பயிற்சியாக அமையும். நல்லது.

பயிற்சிக்காலம் இன்னும் அதிகமாக இருக்க வேண்டும் என்று நினைக்கிறேன். மூன்று நாட்களில் லேசாக ருசி பார்க்கத்தான் முடிந்தது.

சரிதான். மூன்று நாட்கள் போதாது. அடுத்த முறை பயிற்சிக் காலத்தை ஏழு நாட்களாக வைத்துக் கொள்ளலாம்.

சொல்லப் போனால் எல்லா மாற்றங்களும் நான்காவது நாள்தான் ஆரம்பிக்கும். ஏனென்றால் மனதிற்கு ஓர் எதிர்ப்பு சக்தி இருக்கிறது. முதல் நாள் அது அதீத எதிர்ப்பு சக்தியுடன் இருக்கும். இரண்டாவது நாள் பயிற்சியை எதிர்ப்பது முட்டாள்தனம்

என்று மனம் புரிந்து கொள்கிறது. அப்படி எதிர்த்தால் நீங்கள் உங்கள் சக்தியையும் காலத்தையும் வீணாக்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று புரிந்து கொள்கிறது. உங்கள் எதிர்ப்பினால் உங்களுக்குத்தான் நஷ்டம் மற்றவர்களுக்கு இல்லை என்று தெரிந்து கொள்கிறது. இரண்டாவது நாள் மனம் லேசாக நெகிழ்கிறது.

மூன்றாவது நாள் மனம் நெகிழ்வு நிலையில் இருப்பதால் இந்தப் பயிற்சியில் நாம் அதிகம் பெறலாமே! ஏன் கொஞ்சத்தோடு நிறுத்திக் கொள்ள வேண்டும் என்று பயில்பவன் நினைக்கத் தொடங்குகிறான். நான்காம் நாள் மனம் பரிபூரணமாக நெகிழ்ந்துவிடுகிறது.

இது பொதுவான விதி. அபூர்வமாக சிலர் முதல்நாளே திறந்த மனதுடன் இருப்பார்கள். இன்னும் சில அகம்பிடித்தவர்கள் ஏழாம் நாள் கூட மனநெகிழ்வு இல்லாமல் இறுக்கமாக இருப்பார்கள்.

எந்தப் பயிற்சியிலும் நான்காவது நாள் மிக முக்கியமான நாள்.

அமெரிக்காவில் நான் பார்த்த குழுக்களை விட இந்தக் குழுவில் இருந்தவர்கள் அதிகமான அக்கறையுடன் பயிற்சியில் கலந்து கொண்டார்கள்.

அங்கே நடந்த பயிற்சிக்கும் இதற்கும் பெரிய வேறுபாடு இருக்கிறது. இவர்கள் எல்லாம் என் சந்நியாசிகள். வெறும் ஆர்வக் கோளாறு உள்ள ஆசாமிகள் இல்லை. அவர்கள் துணிந்து செயலில் இறங்கியிருக்கிறார்கள். அவர்களிடம் அதீதப் பொறுப்புணர்வு இருக்கும். அவர்கள் இங்கே பாடம் படிக்க வரவில்லை. தங்களை மாற்றிக் கொள்ள முனைப்புடன் போராடிக் கொண்டிருக்கிறார்கள்.

நீங்கள் இரண்டு வழியில் கற்கலாம். முதல் வழியில் கற்கும்போது நீங்கள் அப்படியேதான் இருப்பீர்கள். எதையாவது கற்றால் அது உங்களிடம் சேர்ந்த செல்வம் போல் உங்கள் அகந்தையை வலுப்படுத்தி உங்கள் மனதிற்கு ஒரு நிறைவைத் தரும். ஆனால் நீங்கள் அப்படியேதான் இருப்பீர்கள். உங்கள் உடமைகள்தான் அதிகமாகியிருக்கின்றன. உங்களிடம் அதிக அறிவு இருக்கிறது.

இன்னொரு வகையான கற்றல் இருக்கிறது. கற்கும்போது நீங்கள் அதிலே கரைந்து போகிறீர்கள். நீங்கள் அதிகமாவதற்குப் பதிலாகக் குறைந்து போகிறீர்கள். அந்தக் கல்வி முழுமையடைந்து விட்டால் நீங்களே அங்கு இருப்பதில்லை. நீங்கள் கற்றது மட்டும் தான் இருக்கிறது. உண்மையான தேடலில் ஈடுபடுபவன் அறிவைப் பெருக்கிக்கொள்ள நினைக்க மாட்டான்.

அதனால்தான் நான் என் சீடர்களிடம் சந்நியாசம் பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்று வற்புறுத்துகிறேன். சந்நியாசம் உறுதிப்படுத்துதலின் சின்னம். அவன் சரணடைந்துவிட்டான், இனிமேல் எதையும் எதிர்க்காமல் அக்கறையுடன் கற்றுக்கொள்வான் என்பதற்கான அடையாளம் சந்நியாசம். அதே மனிதன் இப்போது எல்லாவற்றையும் ஒரு வித்தியாசமான கோணத்திலிருந்து பார்க்கிறான். எதிர்ப்பு குறைகிறது. ஒத்துழைப்பு அதிகமாகிறது. பொறுப்புணர்வு அதிகமாகிறது. அதனால் அவன் வித்தியாசமானவனாக இருக்கிறான்.

அடுத்தது குடும்ப உணர்வு. ஒரு குழுவில் தொடர்பில்லாத இருபது, முப்பது பேர் இருந்தால் அவர்கள் தங்கள் நலத்தை முனைப்பாகக் கொண்ட தனி நபர்கள். விமான நிலையத்தில் விமானத்தின் வருகைக்காகக் காத்திருக்கும் பயணிகள் கூட்டம்போல் செயல்படுவார்கள். முப்பது பேர் அமர்ந்திருப்பார்கள். ஆனால் அவர்களை இணைக்கும் பாலம் என்று எதுவும் இருக்காது. ஒவ்வொருவரும் ஒரு தீவாக தொடர்பில்லாத சாதாரணக்கூட்டமாக இருப்பார்கள்.

ஆனால் அந்தக் குழுவில் இருக்கும் ஒவ்வொருவரும் சந்நியாசி என்றால் அவர்கள் கூட்டம் இல்லை, குழு. ஒரு குடும்பம். ஒரு கூட்டத்திற்கும் குழுவிற்கும் அதுதான் வித்தியாசம். ஒரு குழுவென்றால் அதில் இருக்கும் ஒவ்வொருவருக்கும் ஏதாவது ஒரு வகையில் ஒரு தொடர்பு இருக்கும். ஓடிக்கொண்டிருக்கும் ஆற்றில் ஒரே படகில் பயணிப்பவர்களிடையே இருக்கும் தொடர்பு குழுவில் இருக்கும்.

நீங்கள் உங்கள் வேலையைப் பார்த்துக் கொண்டும் அடுத்தவர் அவர் வேலையைப் பார்த்துக்கொண்டும் இருக்கமாட்டீர்கள். உங்கள் எல்லாருக்கும் பொதுவான ஒரு லட்சியம் இருக்கிறது. அங்கே போட்டி இல்லை. ஒத்துழைப்பு இருக்கிறது.

இது பெரிய வித்தியாசம். இந்த உணர்வு உள்ள ஒரு குழு ஒரு பெரிய கூட்டுக் குடும்பமாக ஒரு கூட்டுச் சமுதாயமாகச் செயல்படுகிறது. அங்கு சக்தி பெருகிக்கொண்டேயிருக்கிறது. ஒருவரின் செயல் மற்ற எல்லாரையும் பாதிக்கிறது.

ஒரு கூட்டத்தில் ஒருவன் மாறினால் அந்த மாற்றம் மற்ற யாரையும் பாதிக்காது. கூட்டத்தில் ஒவ்வொருவரும் ஒரு தனித்தீவாகவே இருக்கின்றனர். ஆனால் ஒரு கூட்டுக் குடும்பத்தில் - சந்நியாசத்தில் ஏனென்றால் இங்கு சந்நியாசம் என்பது குடும்பம்தானே - ஒருவர் மேலே போகும்போது மற்றவர்களையும் மேலே இழுப்பார். நமக்குத் தெரியாத ஒரு சக்தி அங்கே செயல்படுகிறது .

அதனால் ஒருவர் மாறிவிட்டால் அனைவருமே படிப்படியாக மாறி மேலே போவதைப் பார்ப்பீர்கள். இப்போது எல்லாருடைய நம்பிக்கையும் அதிகமாகிவிட்டது. எதிர்ப்பு குறைந்துவிட்டது. ஒரு மனிதன் அடையும் உள்ளொளியும் உள்ளுணர்வும் மற்றவர்களுக்குப் பகிர்ந்தளிக்கப்படுகிறது. இது தன்னுணர்வில்லாமல் நடக்கும் நிகழ்வு. போகப் போகப் புரிந்து கொள்வீர்கள்.

நான் பலவகையான கூட்டங்களில் பேசியிருக்கிறேன். கூட்டத்தில் இருக்கும் ஒவ்வொருவரும் நான் பேசுவதைக் கவனமாகக் கேட் பார்கள். ஆனால் அவர்களிடையே எந்தத் தொடர்பும் இருக்காது. என் முன்னால் பத்தாயிரம் பேர் அமர்ந்திருக்கலாம். ஆனால் நான் பேசுவது ஒருவருக்கு மட்டும்தான். அங்கிருக்கும் ஒவ்வொரு மனிதனும் தனிமனிதன். அவர்களுக்கிடையே எந்த ஒட்டும் உறவும் இல்லை. இந்த ஏற்பாடு உதவாது என்று எனக்குத் தோன்றியது.

அதனால்தான் நான் குடும்பங்களை உருவாக்க ஆரம்பித்தேன். இப்போது நான் ஒரு குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர்களிடம் பேசிக் கொண்டிருக்கிறேன். இப்போது எனக்கு ஓர் உண்மை கண்கூடாகத் தெரிகிறது. ஒரு மனிதன் என் பேச்சைக் கேட்டுச் சிலிர்த்தால் கூட இருக்கும் அனைவருமே அந்தச் சிலிர்ப்பை உணர்கிறார்கள். ஒரு மனிதன் புன்னகை சிந்தத் தொடங்குகிறான். அந்தப் புன்னகை வேகமாகப் பரவுகிறது. அந்த இடத்தில் சந்நியாசியில்லாத ஒரு மனிதன் இருந்தால் அவன் ஒரு தடைக்கல்லாக இருப்பான். அவனைத் தாண்டி அந்தக் குழுவின் தாக்கம் செல்லாது. அவன் முழுமையின் ஒரு பகுதி அல்லவே!

அதனால்தான் சொன்னேன். இது ஒரு வித்தியாசமான அனுபவம் என்று. இதெல்லாம் சந்நியாசத்தால் வரும் விளைவுகள்.

இங்கு பலர் வந்திருக்கிறீர்கள். குழுவில் ஏற்பட்ட அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்புபவர்கள் ஒவ்வொருவராக வாருங்கள்.

ஒருவர் முன்னால் வருகிறார்.. இவர்தான் முன்னொரு நாளில் ஞானம் பெற குரு தேவையா என்று கேட்டவர். ஓஷோ அவரிடம் 'காலத்தை வீணாக்காமல் ஒரு நல்ல குருவாகப் பார்த்துச் சரணடையுங்கள்' என்று சொல்லியிருந்தார்..

நான் சந்நியாசம் பெற்றுக் கொள்ள விரும்புகிறேன்.

உங்களுக்காகத்தான் நான் காத்துக்கொண்டிருந்தேன். கண்களை மூடிக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் சக்தியில் ஏதாவது மாற்றம் தெரிந்தால் அதை அனுமதியுங்கள். உடலில் அசைவு ஏற்பட்டால் அதை அனுமதியுங்கள். நெகிழ்வாக இருங்கள்.

நல்லது. இதுதான் உங்கள் புதுப் பெயர் ப்ரேம் நிநாத்.. அதன் பொருள் அன்பின் இசை. ப்ரேம் என்றால் அன்பு. நிநாத் என்றால் இசை. ஆனால் அது சாதாரண இசை அல்ல. இயல்பான இசை. இயற்கையின் இசை. அருவியின் சத்தம் இந்த நிநாத் வகை இசையைச் சேர்ந்தது. ஒரு மனிதன் கிடார் வாசிப்பதால் உரு வாகும் இசை நிநாத் அல்ல. அது சாதாரண இசை. இயற்கையின் இசை அல்ல. மரங்களிடையே காற்று போகும் போது உண்டாகும் இசை நிநாத்.

நிநாத் மனிதனால் உருவாக்கப்பட்டதல்ல. அது கறைபடாதது. கன்னித்தன்மையுடன் இருப்பது.

குழுவில் என்னுடன் இருந்த இரண்டு நண்பர்கள் இப்போது இங்கு இல்லை. குழுவில் இருக்கும்போது இருவருக்கும் உடல்நலம் சரியில்லாமல் போய்விட்டது. ஒருவருக்கு முதல் நாளில். அடுத்தவருக்கு இரண்டாவது நாளில்.

சிலசமயம் மனதில் சில மாற்றங்கள் நிகழும் போது அதை உடல் எதிர்க்கும். அந்த மாற்றங்கள் உடல் அதுவரை அறியாதது. அதனால் அவற்றை எதிர்க்கிறது. அதனால் பல முறை குழுவில் இருக்கும்போது பலருக்கும் உடல்நலக்குறைவு ஏற்படுகிறது.

ஆனால் அது ஒரு நல்ல அறிகுறி. மீண்டும் உடல்நலம் பெற்றதும் அவர்கள் மனதில் ஒரு முழுமையான மாற்றத்தை உணர்வார்கள். நீங்கள் குழுவில் இருக்கும்போது யாருக்காவது உடல்நலக்குறைவு ஏற்பட்டால் - அது தியானம் செய்யும்போது இருக்கலாம், அல்லது உத்திகளைப் பயிலும்போது இருக்கலாம் - அவரிடம் அது ஒரு நல்ல அறிகுறி என்பதைச் சொல்ல வேண்டும். அதனைக் கண்டு அஞ்சத் தேவையில்லை என்பதை அவர் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

அப்படி நடந்தால் பயிற்சி தன் பலனைக் காட்ட ஆரம்பித்து விட்டது என்று கொள்ள வேண்டும். மனம் மாறிக்கொண்டிருக்கிறது. அதோடு சேர்ந்து உடலும் மாற முயற்சி செய்து கொண்டிருக்கிறது. அதனால் சில விஷயங்களை உடல் வெளியே தூக்கியெறிய வேண்டியிருக்கிறது. உடலில் சில நச்சுப் பொருட்கள் இருக்கலாம். அதை உடல் வெளியேற்ற முயலும்போது உடல்நலக்குறைவு ஏற்படுகிறது.

இரண்டு மூன்று நாட்களில் எல்லாம் சரியாகிவிடும் என்று அவர்களிடம் சொல்லுங்கள். அதன் பின் அவர்கள் முன்பு இருந்ததைவிட அதிக நலத்துடன் இருப்பார்கள் என்றும் சொல்லுங்கள்.

நான் என்னுடன் பணிபுரியும் சிலரை இங்கு அழைத்து வந்தேன். நாங்கள் எல்லாரும் ஒரு விமானக் கம்பெனியில் பணிபுரிகிறோம். அவர்கள் இன்று காலை உங்கள் உரையைக் கேட்டபின் சென்றுவிட்டார்கள். நான் அவர்களுடன் நெருக்க மாகப் பணிபுரிகிறேன். என் எண்ணங்களையும் உணர்வுகளையும் அவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள முடியவில்லை. தனியாக இருக்கும்போது பரவாயில்லை. ஆனால் நான் மற்றவர்களுடன் இருந்தால் எல்லாவற்றையும் ஒளிவு மறைவின்றிப் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்புகிறேன். ஆனால் இவர்களிடம் அது நடக்கவில்லை. இந்த முறை அவர்கள்கூட இருக்கும்போது தியானம் செய்வதைக் கூட நிறுத்திவிட்டேன். அவர்களோடு பேச முயற்சி செய்தேன் முடியவில்லை.

நீங்கள் வளர்கின்றபோது உங்களுக்கும் உங்களுடன் பணிபுரிபவர் களுக்கும் இடையே உள்ள இடைவெளி அதிகமாகிக்கொண்டே போகும். அந்தத் தூரம் பல பிரச்சினைகளை உருவாக்கும். ஏனென்றால் அவர்கள்தான் பெரும்பான்மையினர். உங்களுக்குப்

பித்துப் பிடித்துவிட்டது. ஏதோ விவகாரமாகச் செய்து கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று அவர்கள் நினைப்பார்கள். அவர்கள் எண்ணங்களுக்கு ஆதரவு இருக்கும். அவர்கள்தானே அதிகம் பேர் இருக்கிறார்கள்! அவர்கள் எண்ணங்கள் எல்லாம் ஒன்றாகவே இருக்கும். நீங்கள் தனிமைப்படுத்தப்படுவீர்கள்.

அவர்களுடன் பேசுவதிலோ வாதம் புரிவதிலோ எந்தப் பயனும் இல்லை. ஏனென்றால் நான் சொல்வதற்கும் செய்வதற்கும் அவர்களுடைய வாதங்களுக்கும் எந்த சம்பந்தமும் இல்லை. நான் சொல்வதை உங்களால் உணர முடிந்தால் நல்லது. ஆனால் அடுத்தவரை உணர வைக்க உங்களால் முடியாது. வாதம் செய்து ஜெயிக்க இது ஒரு தத்துவம் இல்லை. இது வாழும் வழி.

அவர்கள் மாற்றத்திற்குத் தயாராக இல்லையென்றால் அவர்களால் புரிந்துகொள்ள முடியாது. முடியாததற்கு முயற்சி செய்யாதீர்கள். அவர்களும் உங்களைப் போல் வாழ வேண்டும் என்ற நினைப்பில் அவர்களை மாற்ற முயற்சி செய்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். ஆனால் அவர்களும் உங்களைப் போல் வாழ்ந்தால்தான் நீங்கள் சொல்வதை அவர்களால் புரிந்து கொள்ள முடியும். வேறு வழியில்லை.

நீங்கள் செய்யக்கூடியதெல்லாம் அவர்களைப் பற்றிக் கவலைப் படாமல் இருப்பதுதான். அவர்களுடன் இருக்கும்போது நடியுங்கள். அவர்களிடம் உண்மையைச் சொல்லத் தேவையில்லை. உண்மையைச் சொன்னால் உங்களுக்கும் அவர்களுக்கும் உள்ள இடைவெளி இன்னும் அதிகமாகும். இதுவரை இருந்ததுபோல் இருப்பதாக நடியுங்கள். உங்களுக்குப் பிரச்சினை இருக்காது.

அவர்கள் சொல்வதை மனதில் போட்டுக் கொள்ளாதீர்கள். இதைவிட இன்னும் மகத்தானது நடக்க வாய்ப்பிருக்கிறது என்று உங்களுக்கே தெரியும். ஆனால் அதை அவர்களால் புரிந்து கொள்ள முடியாது. அதனால் அவர்களிடம் கருணையுடன் இருங்கள். ஆனால் அவர்களுக்காகக் கவலைப்படாதீர்கள்.

சூஃபி மதத்தில் உங்கள் வழிபாட்டையும் தியானத்தையும் வேறு யாருமே பார்க்கக்கூடாது என்று ஒரு விதி இருக்கிறது. நீங்கள் வழிபடுவதை உங்கள் கணவன் அல்லது மனைவிகூடப் பார்க்கக்கூடாது. இரவில், அதுவும் நள்ளிரவில் அனைவரும் உறங்கியபின் உங்கள் படுக்கையில் அமைதியாக அமர்ந்து

தியானம் செய்யுங்கள். அப்படிச் செய்தால் உங்கள் உள்-வாழ்க்கையைப் பற்றி மற்றவர்களுக்குத் தெரியாது. அவர்களுக்குத் தெரிந்தால் உங்களைக் கண்டிப்பார்கள். அது இயற்கையானதுதான். சாதாரணச் செயல்களிலிருந்து வேறுபடும் எதையும் சந்தேகத்தோடுதான் பார்ப்பார்கள்.

அதனால் கவலைப்படாதீர்கள். அவர்களை இங்கே அழைத்து வராதீர்கள். அதனால் எல்லாருக்கும் பிரச்சினைதான். யாரையும் என்னிடம் வலுக்கட்டாயமாகக் கொண்டுவர முடியாது. அவர்கள் தானாக வரலாம். ஆனால் யாரையும் இழுத்துக் கொண்டு வர முடியாது.

அதனால் நீங்கள் அப்படிச் செய்யாதீர்கள். தன் விருப்பத்திற்கு எதிராக அழைத்து வரப்பட்டவர்களிடம் எதிர்ப்பு இன்னும் அதிகமாக இருக்கும். சொல்லப்போனால் நான் சொல்வது எதுவும் அவர்கள் காதில் விழாது. செவிடர்களாக அமர்ந்திருப்பார்கள். திரும்பிச் செல்லும்போது உங்களுக்கு நிச்சயமாகப் பைத்தியம் பிடித்துவிட்டது என்ற எண்ணத்துடன் செல்வார்கள்.

அவர்களுடன் பணியில் இருக்கும்போது நடியுங்கள். அதுவும் நன்மைக்கே. ஒரு பாத்திரத்தில் நடிக்கும் திறமை ஓர் அரிய சக்தி. ஒரு சாட்சியாக இருந்து தொடர்ந்து உங்கள் பணியைச் செய்யுங்கள். வேளை வரும்போது - அது விரைவில் வரும் என்ற நம்பிக்கை எனக்கு இருக்கிறது - எல்லாவற்றையும் விடச் சொல்வேன். அதுவரை எதையும் விடாதீர்கள்.

கடைசியாக ஒன்று. என்னை ஏமாற்றப் பார்க்காதீர்கள். அது ஒரு நாளும் நடக்காது.

திரைப்படத் தயாரிப்பாளர் முன்னால் வருகிறார்.

இந்தக் குழு மிகவும் நேர்த்தியாக இருந்தது. முதலில் என் மனதில் எதிர்ப்புணர்வு இருந்தது. எனக்கு அமெரிக்காவில் இருந்து தொடர்ந்து தொலைபேசி அழைப்புகள் வந்தவண்ணம் இருந்தன. எனக்கு வேண்டியவர்கள் உடல்நலமில்லாமல் இருக்கிறார்கள். அதனால் நான் கொஞ்சம் கலங்கிப் போயிருந்தேன். அதன்பின் நான் குழுவில் சேர்ந்து பணிபுரியத் தொடங்கியவுடன் மனம் அமைதியாகிவிட்டது. நான் படிப்படியாகக் குழுவை மதித்துப் பாராட்டத் தொடங்கினேன்.

அந்த அபரிமித சக்தியை வீணாக்குவானேன் என்ற எண்ணம் தோன்றியது. வெளியிலிருந்து வரும் செய்திகளால் என்னைக் குழுவிலிருந்து அப்புறப்படுத்த முடியவில்லை. மனம் நிறைவாக இருக்கிறது.

மன அழுத்தமோ வருத்தமோ கோபமோ எதிர்மறை எண்ணங்களோ உருவாகக்கூடிய ஒரு சூழ்நிலையில் நாம் நமது பொறுமையை இழக்க வாய்ப்பு இருக்கிறது. அந்த மாதிரி ஒரு சூழ்நிலையில் நீங்கள் ஓர் உத்தியைப் பயன்படுத்திக் கொண்டு இருந்தால் ஒன்றுமே நடக்காது என்றுதான் தோன்றும். சூழ்நிலை அவ்வளவு வன்மையாக இருப்பதுதான் பிரச்சினை.

அத்தகைய சூழ்நிலையில் உத்திகள் இன்னும் ஆழமாக உட்சென்று நன்றாக வேலை பார்க்கும் என்பதை நான் கண்டறிந்திருக்கிறேன். ஏனென்றால் எதிர்வினைகள் எப்போதுமே ஒரு தெளிவைக் கொடுக்கும். கருப்புப் பலகையில் வெண் கட்டியால் எழுதும் போது தெளிவாகத் தெரிகிறது அல்லவா? அதே வெண்கட்டியைக் கொண்டு ஒரு வெள்ளைச் சுவரில் எழுதினால் ஒன்றுமே தெரியாது.

மிகவும் இருட்டான இரவுகளில்தான் பலர் ஞானத்தின் உயர் சிகரங்களைத் தொடுகிறார்கள் என்பதை நாம் பல நூற்றாண்டுகளாகப் பார்த்து வந்திருக்கிறோம். நீங்கள் இதுபோன்ற குழுவில் ஈடுபட்டிருக்கும்போது மன அழுத்தம் ஏற்பட்டால் அதனால் உங்கள் செயல்பாடுகளுக்குப் பாதிப்பு ஏற்படாது. அந்த அழுத்தமே ஓர் இருண்ட பின்னணியாகி அதன்முன் உங்கள் செயல் பளிச்சென்று தெரியும்.

நீங்கள் ஒரு புகைப்படக்காரர் என்பதால் உங்களுக்கு இது நிச்சயம் தெரிந்திருக்கும். பின்னணி எப்போதுமே மாற்று வண்ணத்தில்தான் இருக்க வேண்டும். பின்னணியும் முன்னால் இருக்கும் உருவமும் ஒரே வண்ணத்தில் இருந்தால் உருவம் தெளிவாக விழாது.

ஆரம்பத்தில் எப்போதும் எதிர்ப்பு இருக்கத்தான் செய்யும். நீங்கள் ஆழமான நீருக்குள் இறங்கிவிட்டீர்கள் என்பதை உங்கள் மனம் உணர்ந்துகொண்டதற்கான அடையாளம்தான் அந்த எதிர்ப்பு. உங்கள் மனதின் எதிர்ப்பு வெறும் அறிகுறிதான். ஏதோ ஒன்று

நடக்கப்போகிறது என்று உங்கள் மனதிற்குத் தெரிந்துவிட்டது. இல்லாவிட்டால் அது தன் எதிர்ப்பைக் காட்டாது.

நீங்கள் செல்வது பழைய பாதை என்று உங்கள் மனதிற்குத் தெரிந்துவிட்டால் தெரிந்த பாதையில் பயமில்லை என்பதை மனம் புரிந்து கொண்டால் உங்கள் மனம் எந்த எதிர்ப்பையும் காட்டாது. ஆனால் உங்கள் புதிய பாதையில் புதிய திசையில் பயணிப்பது உங்கள் மனதிற்குத் தெரிந்தால் அது முடிந்தமட்டும் தன் எதிர்ப்பைக் காட்டும்.

எங்கே எதிர்ப்பு அதிகமாக இருக்கிறதோ அங்கே பொக்கிஷம் இருக்கிறது என்பதை நீங்கள் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும். ஆகையால் துணிவுடன் எதிர்ப்பைச் சந்தியுங்கள். நீங்கள் புதிய பாதையில் செல்கிறீர்கள், உங்களுக்குப் புதிய அனுபவம் கிட்டப் போகிறது என்பதற்கான அடையாளம்தான் அந்த எதிர்ப்பு.

மற்றவற்றை மறந்துவிட்டு எதிர்ப்பு வரும் திசையில் தைரியமாகப் பயணியுங்கள். உங்களுக்கு வெற்றி நிச்சயம்.

எதிர்ப்பைக் கண்டால் அதிலிருந்து தப்பி ஓடுவதுதான் மனதின் போக்கு. அந்த மனப்போக்கினால் நாம் வாழ்க்கையில் பல செல்வங்களை இழந்திருக்கிறோம்.

வசதியான வாழ்க்கைதான் இருப்பதிலேயே வறுமையான வாழ்க்கை. வசதியான வாழ்க்கை என்று நான் சொல்வது எதிர்ப்பு களை எல்லாம் தவிர்த்துக் கண்டதே காட்சி கொண்டதே கோலம் என்று வாழும் அர்த்தமற்ற வாழ்க்கையைத்தான். அப்பறம் நீங்கள் நடைப்பிணமாகத்தான் இருப்பீர்கள்.

நீங்கள் விரைவில் திரும்பிப் போகப் போகிறீர்களா?

இங்கிருக்கும் அனைவருடனும் நன்றாகப் பழகிவருகிறேன். என்னால் முடிந்தவரையில் இங்கிருக்கும் மனிதர்களுடன் நேரத்தைக் கழித்து வருகிறேன். ஒவ்வொரு நாள் காலையிலும் நான் எழுந்தவுடன் நம்பமுடியாத விஷயங்கள் எல்லாம் நடக்கின்றன. எந்தத் திட்டமும் இல்லாமல் நான் ஒரு மனிதரிடமிருந்து மற்றொருவரிடத்தில் அழைத்துச் செல்லப் படுகிறேன். இங்கே நான் பல விஷயங்களைக் கற்றிருக்கிறேன். இது எனக்கு ஒரு சிறந்த அனுபவம். இங்கு நடக்கும் நிகழ்வு

களை வைத்து ஒரு பிரமாதமான திரைப்படம் தயாரிக்கலாம் என்ற என் நம்பிக்கை இன்னும் வலுவாகியிருக்கிறது.

பல விஷயங்கள் நடக்கலாம். அழகான மனிதர்கள் இங்கு வந்திருக்கிறார்கள். இன்னும் வரப் போகிறார்கள். அது போகட்டும். உங்களைப்பற்றி... நீங்கள் சந்நியாசியாகப் போகிறீர்களா? (அந்த மனிதர் தலையாட்டுகிறார்) கண்களை மூடிக் கொள்ளுங்கள்.

ப்ரேம் ஸம்வாதா. இதுதான் உங்கள் புதுப்பெயர். ஸம்வாதா என்றால் உரையாடல். ப்ரேம் என்றால் அன்பு. அன்பின் உரையாடல் என்பதுதான் உங்கள் பெயரின் பொருள். சில காரணங்களுக்காக அந்தப் பெயரை உங்களுக்குக் கொடுக்கிறேன். அழகாக இருப்பதையெல்லாம் ஆழமான உறவுகளின்மூலம் அடைவீர்கள். அதிலும் ஓர் உரையாடலைத் தொடங்க முடிந்தால் இன்னும் அதிகம் சாதிப்பீர்கள்.

உரையாடல் என்பது விவாதம் அல்ல. விவாதம் என்பது வார்த்தை என்னும் ஆயுதத்தால் போடப்படும் சண்டை. உரையாடல் என்பது அடுத்தவரை ஆழமாகப் புரிந்து கொள்ளும் வழி. அந்தப் புரிதல் ஆழமாகச் செல்லும்போது உங்கள் சக்தியும் அவரது சக்தியும் சங்கமித்து ஒன்றாகப் பாய ஆரம்பிக்கும். அடுத்தவர் என்பவர் வேற்று ஆள் இல்லை. நீங்கள் அவருடன் சண்டை போடவில்லை. ஒத்துழைக்கிறீர்கள். அவர் இயல்புநிலையில் இருக்க உதவுகிறீர்கள். நீங்கள் நீங்களாகவே இருக்கிறீர்கள். அடுத்தவரும் அவர் நிலையிலேயே இருக்கிறார். உங்கள் இருவருக்குமிடையே அழகான சந்திப்பு நடக்கிறது. அதில் வாதங்களுக்கும் விவாதங்களுக்கும் இடமே இல்லை.

ஸம்வாதா - ஓர் அழகான சொல். உரையாடல் என்பது மிக ஆழமான அன்பைப் பிரதிபலிக்கும் ஒரு செயல்பாடு. அடுத்தவர்மீது பொங்கிவரும் அன்புதான் உரையாடலாக வெளிவருகிறது. அது மிகவும் ஆழமான அர்த்தமுள்ளது. ஆனால் அதில் காரண-காரியம் இருக்காது.

நான் சோம்பேறியாக இருப்பதாக உணர்கிறேன்

இது போன்ற மதிப்பீடுகள் நம் உண்மையான இயல்பைச் சொல்வதில்லை. மற்றவர்கள் நமக்குள் உருவேற்றியிருக்கும்

எண்ணங்களையே பிரதிபலிக்கின்றன. நாம் பிறக்கும்போது நமக்கு சுயம் இல்லை. அதனால் நாம் நமது பெற்றோர்கள் குடும்பம் நமது நண்பர்கள் மூலமாக சுயத்தைத் தேடுகிறோம். சில நேரங்களில் நம் தந்தை நம்மைச் சோம்பேறி என்று சொல்லலாம். அந்தச் சோம்பேறிப் பட்டம் உங்களுக்குப் பிடிக்காமல் போகலாம். என்றாலும் அது உங்களுக்கு ஒரு சுயத்தைக் கொடுக்கிறது. நாம் தனிமனிதன் நமக்கென்று சில இயல்புகள் இருக்கின்றன என்ற உணர்வைக் கொடுக்கிறது. மேலோட்டமாக அந்தப் பட்டம் உங்களுக்குப் பிடிக்காமல் போகலாம். ஆனால் ஆழத்தில் உங்களுக்கு அந்தப் பட்டமும் வேண்டியிருக்கிறது..

குழந்தையாக இருக்கும்போது இந்த மதிப்பீடுகளை – அவை நேர்மறையாக இருந்தாலும் சரி, எதிர்மறையாக இருந்தாலும் சரி – நீங்கள் உள்வாங்கிக் கொள்கிறீர்கள். பின் அவற்றை நம்பி அதன்படி நடக்கத் தொடங்குகிறீர்கள். நீங்கள் வளரும்போது இந்த மதிப்பீடுகளும் உங்களோடு வளர்கின்றன.

நாம் ஒவ்வொருவரும் வெறுமைதான். இது போன்ற பட்டங்களை ஏற்றுக் கொண்டால் நீங்கள் மாட்டிக் கொள்வீர்கள். ஒவ்வொரு நாளும் அது மேலும் மேலும் வலுப்பட்டுக்கொண்டே போகும். அது வழிமுறையாகிவிடும்.

உங்களுக்குக் கொடுக்கப்படும் சோம்பேறி போன்ற பட்டங்கள் எல்லாமே தவறான மதிப்பீடுகள். இதைப் புரிந்து கொண்டால் இந்தக் கணத்தில் அந்தப் பட்டங்களை உங்களால் உதறித்தள்ளிவிட முடியும். மனிதன் முழு விடுதலை மற்றும் வெறுமையின் வடிவம். நீங்கள் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்று நினைக்கிறீர்களோ அப்படியே இருக்கலாம்.

அதனால் சோம்பேறியாக இருக்க முயற்சி செய்யாதீர்கள். அப்படிச்செய்தால் நீங்கள் அந்தச் சொல்லையும் அந்தக் கருத்தையும் இன்னும் உங்கள் செயல்களால் வலியுறுத்திக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று பொருள். உதாரணமாக நீங்கள் தினமும் காலை ஐந்தரை மணிக்குக் கண் விழிக்கிறீர்கள் என்று வைத்துக் கொள்வோம். அப்படியும் நீங்கள் சோம்பேறியாக உங்களை நினைத்துக் கொண்டால் காலை நான்கரை மணிக்கே விழித்தெழுங்கள்.

நான் இளைஞனாக இருந்தபோது சோம்பேறியாகவே இருந்தேன். காலையில் எழுந்திருக்க மிகவும் கஷ்டப்படுவேன். அடுத்த சில வருடங்களுக்கு - ஒரு மாதம் இரண்டு மாதங்கள் இல்லை சில வருடங்கள் - தினமும் அதிகாலை மூன்று மணிக்குக் கண் விழிப்பேன். எனக்கே ஆச்சரியமாக இருந்தது. சோம்பேறியான என்னால் எப்படி அதைச் செய்ய முடிந்தது? நான் சோம்பேறியில்லை என்று உறுதியாகத் தெரிந்தபின் அதிகாலை எழுந்திருப்பதை விட்டுவிட்டேன்.

இரவு நேரம் கழித்துப் படுக்கச் செல்வதில் தப்பில்லை. ஆனால் அதை மனம் விரும்பித் தெரிவு செய்ய வேண்டும். அது உங்கள் தீர்மானமாக இருக்க வேண்டுமேயொழிய உங்கள் சோம்பேறித்தனத்தின் விளைவாக இருக்கக்கூடாது.

எனக்குச் சிறுவயதில் நீளமாக முடி வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும் என்று ஆசை. ஆனால் என் குடும்பத்தினர் அதை எதிர்த்தார்கள். அதனால் ஒரு நாள் நான் மொட்டையடித்துக் கொண்டுவிட்டேன். என் குடும்பத்தாருக்கு ஆச்சரியம். 'நீளமான தலைமுடி வேண்டாம் என்றுதான் சொன்னோம். மொட்டையடித்துக் கொள்ளச் சொல்லவில்லை.' என்று சொன்னார்கள். நீளமான முடி வேண்டும் என்ற என் ஆசையை அழிக்கும் ஒரே வழி அதுதான் என்று சொன்னேன். அதன்பின் அந்த ஆசை எழவேயில்லை.

ஆகவே இதெல்லாம் மனதின் விகாரங்கள். இவற்றை எளிதாக விட்டுவிட முடியும். அப்படி விடும்வரை நாம் நிம்மதியாக இருக்க முடியாது.

○

பனிரெண்டாம் நாள்

வளர்ச்சிக்குத் தேவை தனிமை

நான் மிகவும் வருத்தமாக இருக்கிறேன். எளிதில் காயப்பட்டு விடுகிறேன். பல வாரங்கள் இதே நிலையில் இருக்கிறேன். இதன் காரணம் தெரியவில்லை.

(ஓஷோ கேள்வி கேட்ட மனிதனின் மனைவியிடம் பேசுகிறார்)

நீங்கள் ஏதாவது சொல்ல விரும்புகிறீர்களா? என்ன நடக்கிறது என்பதைப் புரிந்துகொள்ளும் புத்திசாலித்தனம் அவருக்கு இல்லை என்று தோன்றுகிறது. பிரச்சினையை எதிர்கொள்வதைத் தவிர்க்கிறார் என்று நினைக்கிறேன். பிரச்சினையை சமாளிக்க முடியாதோ என்ற பயத்தில் அப்படிச் செய்கிறாரோ? உறவுகளில் ஏற்படும் பிரச்சினைகளை அறிவதில் ஆண்களை விடப் பெண்களுக்கு அதிக வல்லமை உண்டு. அதனால் நீங்கள் அவருக்கு உதவலாம்.

இப்போதெல்லாம் நான் தனியாக இருக்கவே விரும்பு கிறேன். இதுவரை இப்படித் தோன்றியதில்லை. ஒருவேளை அது அவரைக் காயப்படுத்தியிருக்குமோ என்று நினைக்கிறேன். நான் அவரிடம் இருந்து விலகிப் போவது போல் உணர்கிறேன். எனக்கென்று ஓர் இடம் வேண்டும் என்று நினைக்க ஆரம்பித்துவிட்டேன். முன்பு எல்லா நேரமும் அவரோடு இருப்பேன். அவரைப் பிடித்துத் தொங்கிக் கொண்டிருப்பேன்.

இப்போது கணவர் பேசுகிறார்:

நான் நிராகரிக்கப்பட்டுவிட்டதாக உணர்கிறேன். ஆனால் அதற்கும் அவள் தனிமையை விரும்புவதற்கும் எந்தத் தொடர்பும் இருப்பதாக எனக்குத் தெரியவில்லை.

இப்போது உங்கள் பிரச்சினை என்னவென்று எனக்குத் துல்லியமாகத் தெரிகிறது. முதலில் உங்கள் மனைவியால் தனியாக இருக்கமுடியவில்லை. அதனால் அவள் உங்களைப் பிடித்துத்

தொங்கிக்கொண்டிருந்தாள். ஒருவகையில் அது உங்களுக்குப் பிடித்திருந்தது. உங்கள் அகந்தை அவள் செயலை ரசித்தது.

ஒரு பெண் தன்னைச் சார்ந்து இருப்பதை ஓர் ஆணுடைய அகந்தை எப்போதுமே விரும்பும். ஒரு பெண் எப்போதும் ஒரு கொடியைப் போல் இருப்பாள். கொடி மரத்தைச் சுற்றிப் படர்ந்து வளர்வது மரத்திற்கு மிகவும் பிடிக்கும். அவளுக்குத் தன் தனிமையைக் கண்டு பயம். அதனால்தான் உங்களைச் சார்ந்திருந்தாள். இப்போது அவள் அதிகமாகத் தியானம் செய்யச் செய்யத் தனியாக இருப்பதை விரும்புகிறாள். அந்த நிலையில்தான் அவள் தன் மனதில் இருக்கும் பயத்தைத் துரத்த முடியும்.. இப்போது அவள் தனியாக இருப்பதை விரும்புகிறாள். அதனால் அவளுக்கு நீங்கள் தேவைப்படாமல் போய்விட்டீர்களோ இல்லை அவள் உங்களை நிராகரித்துவிட்டாளோ என்ற பயம் உங்களுக்கு வந்துவிட்டது.

பயப்படாதீர்கள். நீங்கள் நிராகரிக்கப்படவும் இல்லை. அவளுக்குத் தேவையில்லாமல் போகவும் இல்லை.

உண்மை என்னவென்றால் அவள் முதல்முதலாகத் தன் சொந்தக்காலில் நிற்க முயற்சி செய்துகொண்டிருக்கிறாள். அதை நீங்கள் அனுமதித்தால்தான் அதற்கு உதவி செய்தால்தான் உங்களிடையே காதல் ஏற்படும். இதுவரை உங்களிடையே இருந்தது காதல் இல்லை. அவள் தன் பயத்தின் காரணமாக உங்களைச் சார்ந்திருந்தாள். உங்கள் அகந்தையின் காரணமாக அது உங்களுக்குப் பிடித்திருந்தது. நீங்களும் அவளைக் காதலிக்கவில்லை. அவளும் உங்களைக் காதலிக்கவில்லை. இப்போது முதல் முறையாக உங்களிடையே காதல் மலரும் வாய்ப்பு உண்டாகியிருக்கிறது.

அவள் தனித்து நிற்க நீங்கள் உதவினால், அவள் பயத்தைப் போக்க உதவினால் காலம் முழுவதும் உங்களுக்கு நன்றியுணர்வுடன் இருப்பாள். அவளால் தனியாக இருக்க முடியும் என்ற நிலை வந்தபின் அவள் உங்களை அழைத்தால் அதுதான் உண்மையான காதலின் அழைப்பு. ஏனென்றால் அந்த நிலையில் அச்சம் இல்லை. அப்போதுதான் அவள் தன்னை உங்களுடன் முழுமையாகப் பகிர்ந்து கொள்ள முடியும்.

அது உங்களுக்கும் நல்லது. ஆனால் முதலில் உங்கள் அகந்தை காயப்படும். உங்கள் அகந்தையைத்தவிர வேறு எதற்கும் இந்த விஷயத்தில் எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை. உங்கள் அகந்தை திறந்து வைக்கப்பட்டிருக்கும் ஒரு புண்ணைப் போல் இருக்கிறது. அதை லேசாகத் தொட்டாலும் பயங்கரமாக வலிக்கும். இதுவரை அவள் உங்கள் அகந்தையைப் பொத்திப் பாதுகாத்துக் கொண்டிருந்தாள். இப்போது தனியாக இருக்க விரும்புகிறாள். அதனால் உங்கள் அகந்தைக்கு வலிக்கிறது. அதுதான் பிரச்சினை.

தயவுசெய்து உங்கள் பிரச்சினையைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். அவளைத் தனியாக இருக்கவிடுங்கள். அவளுக்கு இன்னும் அதிக இடம் கொடுங்கள். இடைவெளி கொடுங்கள். அவள் தனிமையை விரும்பும்போது விலகிச் செல்லுங்கள். அப்போது அவள் உங்கள் மேல் கொண்ட காதல் பன்மடங்காகப் பெருகும். அப்படி விலகிச் செல்லுதல் காதலின் அடையாளம்.

தனிமையை விரும்புபவர்களுக்கு அதைக் கொடுக்க வேண்டும். நீங்கள் அவளை நிஜமாகவே நேசித்தால் அவளுடைய தேவை உங்களுக்குப் புரியும். இந்தத் தனிமை அவள் வளர்ச்சிக்குத் தேவைப்படுகிறது. அதைப் புரிந்து கொண்டால் அவள் உங்களுக்கு என்றென்றும் நன்றிக்கடன் பட்டிருப்பாள்.

யாராவது உங்களைத் தங்கள் பயத்தின் காரணமாகக் காதலித்தால் அந்தக் காதல் போலியானது என்பதைத் தெரிந்துகொள்ளுங்கள். அச்சத்தில் வேரூன்றிய காதல் வெறுமையான ஓர் உணர்வு. ஆழமான புரிந்துணர்வின் அடிப்படையில்தான் காதல் உருவாக வேண்டும். அச்சத்தால் அல்ல.

இது உங்கள் இருவருக்குமே நல்லது. ஒருநாள் இல்லாவிட்டால் ஒருநாள் இந்த நிலை வந்தே தீரும். அது உங்களுக்கு இன்று வந்திருக்கிறது.

என்னிடம் தம்பதிகள் வந்தால் அவர்களிடையே இருக்கும் உறவுமுறை மாறத்தான் செய்யும். என்னிடம் வரும்வரை அவர்கள் உறவு தேக்கநிலையில் இருந்திருக்கும்.. என்னிடம் வந்தபின் இருவருமே வளரத் தொடங்குகிறார்கள். பழைய உறவுமுறைக்குள்

உங்களை அடக்கிவைக்க முடியாது. நீங்கள் அதையும் தாண்டிப் பெரிதாக வளர்ந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். நீங்கள் சிறுவயதில் இருந்தபோது தைத்த ஆடைகளை இன்னும் அணிந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். நீங்கள் வளர்ந்துவிட்டபடியால் அந்த ஆடைகள் சிறியதாகி உங்கள் உடலை இறுக்கிக் கொண்டிருக்கிறது. அதனால் பழைய வழிமுறைகளைப் பிடித்துத் தொங்கிக் கொண்டிருக்காதீர்கள். அவற்றை விட்டொழியுங்கள். அவளைத் தனியாக இருக்கவிடுங்கள்.

(இப்போது ஓஷோ மனைவியைப் பார்த்துப் பேசுகிறார்) தேவையில்லாமல் அவரைக் காயப்படுத்தாதீர்கள். நீங்கள் தனியாக இருக்க விரும்பினால் அதை மென்மையாக வெளிப்படையாகச் சொல்லுங்கள் நமக்குத் தனிமை தேவைப்படும்போது அதை நாம் வெளிப்படுத்தும் முறை அசிங்கமாக, முரட்டுத்தனமாக இருந்துவிடுகிறது. இதை நீங்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

"என்னை விட்டுத் தள்ளிப் போய்விடுங்கள். எனக்கு நீங்கள் தேவையில்லை. நான் உங்களைக் காதலிக்கவில்லை." என்ற ரீதியில் நம் தனிமையின் தேவையை வெளிப்படுத்துகிறோம். ஆனால் நம் அடிமனதில் இருக்கும் உண்மையான எண்ணம் என்ன? "நான் சிறிதுநேரம் தனியாக இருக்க விரும்புகிறேன். தயவு செய்து அனுமதி கொடுங்கள்."

உங்களுக்குத் தனிமை தேவைப்படும்போது அதை நேரடியாகக் கேளுங்கள். அதீதக் காதலுடன் கேளுங்கள். அவர் புரிந்து கொள்வார். உங்கள் தேவையை அவர் புரிந்து கொள்ளும் வகையில் சொல்லவில்லையென்றால் அவரால் உங்களுக்குப் பிரச்சினை ஏற்படும். அதன்பின் உங்கள் இருவருக்குமே வளர்ச்சி இருக்காது.

நீங்கள் இருவருமே வளர்ந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். அதனால் உங்களிடையே இருக்கும் காதல் இன்னும் அதிகமாகும். அதற்குத் தயாராகிக்கொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்களுடைய அவசரத்தேவை கொஞ்சம் பொறுமை, கொஞ்சம் காத்திருத்தல். அவ்வளவுதான். கவலைப்படாதீர்கள். சில வாரங்களிலேயே உங்களிடையே ஒரு மாறுபட்ட புதிய காதல் உண்டாவதை உணர்வீர்கள். எல்லாம் நன்மையிலேயே முடியும்.

உங்கள் மகள் எப்படி இருக்கிறாள்? அவள் தியானம் செய்ய உங்களாலான உதவிகளைச் செய்யுங்கள். இந்த வயதிலிருந்தே அவள் தியானம் செய்யத் தொடங்கிவிட்டால் உங்களுக்கு ஏற்பட்ட பிரச்சினைகள், வலிகள், காயங்கள் அவளுக்கு இருக்காது. முதலில் இருந்தே தியான நிலையில் இருக்கப் பழகிவிட்டால் அவள் வாழ்க்கை முற்றிலும் வேறுபட்டதாக இருக்கும். அவளுடைய தெரிவுகள் மேம்பட்டதாக இருக்கும். அவளுடைய காதல் இன்னும் சிறந்ததாக இருக்கும். அவளுடைய வளர்ச்சியின் பரிமாணம் மற்றவர்களிடமிருந்து மாறுபட்டதாக இருக்கும்.

அவள் தியானத்தைத் தொடங்க இதுதான் சரியான வயது. இந்த வயதில் மனம் சுத்தமாக இருக்கும். அதில் ஒரு தூய்மை, ஒரு வெகுளித்தனம் இருக்கும். இந்த நிலையில் அவள் மனதில் போடப்படும் விதைகள் இன்னும் ஆழமாக உள்ளே போய் நன்றாக வளர ஆரம்பிக்கும். அதன் பலன்கள் உடனே தெரியாது. பின்னால்தான் தெரியும்.

(ஓஷோ அவர்களுடைய மகளுக்கு ஒரு விளையாட்டு சாதனத்தைப் பரிசாகத் தருகிறார்)

போன வாரத்திலிருந்து என் மனதில் ஒரு போராட்டம் நடந்து கொண்டிருக்கிறது. ஒரு சமயம் என் இதயம் விரிந்து எல்லாரையும் அணைத்துக் கொள்கிறது. பின் அதுவே சுருங்கி என்னையே இறுக்குகிறது. அதனால் எனக்கு மகிழ்ச்சியும் வருத்தமும் மாறி மாறி வருகிறது.

இரண்டு நிலைகளையும் அனுபவியுங்கள். இரண்டில் ஒன்றைத் தெரிவு செய்யாதீர்கள். தெரிவு வந்துவிட்டால் கூடவே பிரச்சினையும் வந்துவிடும். மகிழ்ச்சி வருத்தம் இரண்டுமே நம் வாழ்வின் அங்கங்கள்தான். அதனால் சோகத்தை மறுக்காமல் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். அந்த சோகத்தை மொத்த இசைவோடு பொருத்திப் பார்க்க முடிந்தால் அதுவும் அழகானது என்பதைப் புரிந்து கொள்வீர்கள்.

சோகமாக இருக்க முடியாதவன் வாழ்க்கையில் முழுமையில்லை. அவனுடைய மகிழ்ச்சியும் மேலோட்டமானதாகவே இருக்கும். சோகம்தான் உங்களுக்கு ஆழத்தைக் கொடுக்கும். அதனால்

சோகத்தை நிராகரிக்காதீர்கள். உங்கள் மனம் சோகத்தை வெறுத்து ஒதுக்குவதை ஒரு பழக்கமாகக் கொண்டிருக்கிறது. எப்போதும் மகிழ்ச்சியாக இருக்க வேண்டும் என்று உங்கள் மனதிற்குப் பயிற்சி கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது. அது முட்டாள்தனம்.

நீங்கள் சிரிக்க வேண்டுமென்றால் உங்களுக்கு அழத் தெரிய வேண்டும். உங்களிடமிருந்து கண்ணீர் வரவில்லையென்றால் உங்கள் சிரிப்பு போலியாக இருக்கும். உங்களால் அழ முடிந்தால் மட்டுமே உங்கள் சிரிப்பு நிஜமானதாக இருக்கும். உங்கள் உள்மனதின் ஆழத்திலிருந்து பீறிட்டு வரும் உண்மையான மகிழ்ச்சியின் சின்னமாக இருக்கும். நாம் ஒரே நேரத்தில் இரண்டு பக்கங்களிலும் வளர்ந்து கொண்டிருக்கிறோம் - ஒரு மரத்தைப் போல.

ஒரு மரத்தின் கிளைகள் மேலே வளரும்போது அதன் வேர்கள் கீழே வளர்ந்து கொண்டிருக்கின்றன. அதே போல் உங்கள் வேர்கள் வருத்தத்தில் கீழே வளரும்போது உங்கள் கிளைகள் மகிழ்ச்சியின் வானை நோக்கி இன்னும் வேகமாக வளரும். இன்பம் துன்பம் இரண்டையும் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். இரண்டு துருவங்களையும் ஏற்றுக்கொள்ள முடிந்தால் நீங்கள் கற்க வேண்டியது வேறு ஒன்றும் இல்லை.

நீங்கள் நிச்சயம் படிக்க வேண்டிய பாடம் - எதிர்மறை உணர்வுகளுடன் மகிழ்ச்சியாக இருப்பது எப்படி என்பதுதான். அதுதான் அனைத்துத் தத்துவங்களின் சாரம். அதைத்தான் எல்லா மதங்களும் சொல்கின்றன.. நல்லது.

(மௌனமாக அமர்ந்திருக்கும் ஒரு சந்நியாசியைப் பார்த்து ஓஷோ கேட்கிறார்)

உங்களைப் பற்றி... *(ஓஷோ சிரிக்கிறார்)* ஏதாவது சொல்லுங் களேன்!

எனக்குத் தெரியவில்லை. நான் சிரிக்கிறேன். சோகமாக இருக்கிறேன். குறிப்பாக உங்கள் உரையைக் கேட்கும்போது. ஆரம்பத்தில் எல்லாமே அழகாக இருந்தது. உங்களுடைய ஒவ்வொரு வார்த்தையும் தேனாக இனித்தது. எனக்குப் பெரிய மகிழ்ச்சியைக் கொடுத்தது. ஆனால் 'இப்போது அதே வார்த்தைகள் என்னைக் காயப்படுத்துகின்றன. அதே

வார்த்தைகள் ஒரு கத்தியைப் போல் என்னுள் பாய்கின்றன. நான் மிகவும் துன்பப்படுகிறேன்.

துன்பம்... ஆமாம். நீங்கள் வாழ்க்கையின் எல்லா நிலைகளையும் என்னுடன் சேர்ந்து கடக்க வேண்டும். என்னுடன் சோகமாக இருக்க வேண்டும். துன்பப்பட வேண்டும். கொண்டாடவும் வேண்டும். என்னுடன் சேர்ந்து எல்லாவிதமான தட்பவெப்ப நிலைகளையும் நீங்கள் பார்க்க வேண்டும்.

நான் ஒரு பருவம் இல்லை. ஒரு வருடத்தில் மாறிமாறி வரும் எல்லாப் பருவங்களும் நானே. என்னுள் கோடைக்காலம் மழைக்காலம் குளிர்காலம் வசந்தம் இலையுதிர்காலம் எல்லாமே இருக்கிறது. வருடம் முழுவதும் நீங்கள் என்னுடன் இருக்க வேண்டும்.

சிலர் ஒரு வருடத்தின் ஒரு குறிப்பிட்ட பருவத்தைப் போல் இருப்பார்கள். அவர்களுக்கு ஒரே ஒரு ருசிதான் இருக்கும். வெயில் என்றால் வெயில். குளிர்காலம் என்றல் குளிர்காலம் என்று இருப்பார்கள். நான் அப்படியில்லை. என்னைப் பொறுத்தமட்டில் ஒரு பருவத்தைப் போல் என்றும் இருப்பவர்கள் நடைப்பிணங்கள். அவர்களுக்கு வாழ்க்கை என்றால் என்னவென்றே தெரியாது. வாழ்க்கை என்பது ஒரு மகத்தான மாற்றம். ஒரு பிரம்மாண்டமான நீரோட்டம்.

கடலில் எத்தனை அலைகள் தோன்றுகின்றன! கடல் என்றென்றும் அப்படியே இருக்கிறது. ஆனால் அலைகள் பொங்கி எழுந்து பாறையைத் தகர்த்து தங்கள் பாடலைப் பாடிக்கொண்டிருக்கின்றன.

பல பருவங்களில் பல மனநிலைகளில் நீங்கள் என்னுடன் வாழ வேண்டும். அப்போதுதான் உங்களுக்கு வளமை என்ற சொல்லின் பொருள் புரியும்.

என்னுடைய வார்த்தைகள் ஒரு நாள் உங்களை வருடும் மலர்களாக இருக்கும். ஒரு நாள் உங்களுக்குள்ளே செருகப்படும் கூர்மையான கத்திகளாக இருக்கும். ஒரு நாள் என் வார்த்தைகள் வலி நிவாரணிகளாக இருக்கும் மற்றொருநாள் அவை தீக்கங்குகளாக உங்களைச் சுட்டுக் காயப்படுத்தும். நேர்மறை-எதிர்மறை இரண்டையும் சந்தித்தால்தான் நீங்கள் இறுதியில் உங்கள் வீட்டை அடையமுடியும். உங்கள் வீட்டில் அவை இரண்டும் ஒரே இடத்தில் சந்திக்கும். சங்கமிக்கும்.

ஒரு காலம் வரும். அப்போது நீங்கள் என் பேச்சைக் கேட்பீர்கள். உங்களுக்குள் சோகமோ மகிழ்ச்சியோ இருக்காது. அப்போது என் வார்த்தைகள் மலர்களாகவும் இருக்காது சுட்டெரிக்கும் நெருப்பாகவும் இருக்காது. தூய்மையான மௌனத்தில் நான் சொல்வதைக் கவனிப்பீர்கள். அப்போது வேறு எந்தச் சத்தமும் அங்கே இருக்காது. நீங்கள் இல்லாததைப் போல் உணர்வீர்கள். அப்போதுதான் என் செய்தி உங்களை வந்தடையும். அதுவரை பருவ மாற்றங்கள் நிகழ்ந்து கொண்டேயிருக்கும். எல்லாப் பருவங்களையும் அனுபவியுங்கள்.

நீங்கள் பகல் பொழுதை மட்டும் என்னுடன் கழித்தால் இரவில் யார் என்னோடு இருப்பார்கள்? என்னுடைய எல்லா வழிகளையும் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். ஒவ்வொரு வழியும் உங்களுக்குள் இருக்கும் ஏதாவது ஒன்றை உடைத்தெறியும். உறைந்து போன ஒரு பகுதியை உருக்கி அதை மீண்டும் நீரோட்டம்போல் பாயவைக்கும். நான் உங்களைப் பல வகைகளில் தாக்குவேன். அதை மௌனமாக ஏற்றுக் கொள்வதுதான் நீங்கள் என்னிடம் செய்த சரணாகதியின் அடையாளம்.

'நான் உங்களைச் சரணடைந்துவிட்டேன். நீங்கள் எங்கு சென்றாலும் பின் தொடர்வேன்' என்று சொல்லிவிட்டு சொர்க்கத்திற்குப் போனால் வருவேன், நரகத்திற்குப் போனால் வரமாட்டேன் என்று சொன்னால் எப்படி? அது முழுமையான சரணாகதியாகாதே.

நரகத்தின் அடிமட்டத்தை உங்களால் தொடமுடியவில்லை யென்றால் உங்களுக்கு சொர்க்கம் என்றால் என்னவென்று தெரியாது. நரகத்தின் பணியே அதுதான். அதுதான் உங்களிடம் உள்ள தேவையில்லாதவற்றை அழித்து உங்களைத் தூய்மைப்படுத்து கிறது. அந்த நிலையில்தான் உங்களுக்குள் சொர்க்கம் மலரும்.

நான் சொல்வது முரண்பாடுபோல் தோன்றும். ஆனால் இது முக்காலும் உண்மை. சொர்க்கத்தின் மலர் நரகத்தின் அடியாழத்தில்தான் மலர்கிறது.

இதனை நன்றாக யோசியுங்கள். நல்லது. (ஓஷோ சிரிக்கிறார்)

○

பதின்மூன்றாம் நாள்

தேடலே பாதையாகும் போது...

(ஜெர்மனியின் பெர்லின் நகரிலிருந்து வந்த கலைஞர் ஓஷோவைச் சந்திக்கிறார்.)

என்னுள் ஏதோ புதிய விஷயங்கள் கிளம்பியிருப்பதாக உணர்கிறேன். ஆனால் நான் இன்னும் கிளம்பவில்லை...

கிளம்புங்கள். எதையுமே புதிதாக ஆரம்பிப்பது கொஞ்சம் கடினம்தான். மனம் எப்போதும் தள்ளிப்போடுவதையே விரும்பும். மனம் பழைய விஷயங்களுடன் ஒத்துப் போகும். ஆனால் புதியதைக் கண்டால். மனம் இருப்புக் கொள்ளாமல் தவிக்கும். எதையும் தள்ளிப் போடாதீர்கள்.

புதிதாக ஏதோ ஒன்று வரப்போகிறது என்று உணர்ந்தால், நீங்கள் புதிதாக எதையாவது செய்ய விரும்பினால் உடனே செய்யுங்கள். அப்போதுதான் அந்தப் புதுமை உங்களுக்குள் பதியும். அப்படிச் செய்தால்தான் நீங்கள் யாரென்று உங்களுக்கே தெரியும். நடனமாடத் தொடங்கினால்தான் நீங்கள் ஒரு நல்ல ஆட்டக்காரர் என்று உங்களுக்குத் தெரியும். வேறு எந்த வழியிலும் அதைக் கண்டுபிடிக்கமுடியாது. நீங்கள் நடனமாடவேயில்லையென்றால் உங்களால் அந்தப் பரிமாணத்தை உணரவே முடியாது.

ஒன்றைச் செய்வது என்பது எப்போதும் ஒன்றாக இருப்பதைவிட ஒரு படி குறைவுதான். இருப்பது என்று வரும்போது நீங்கள் முடிவற்றவராக அனைத்தையும் உள்ளடக்கியவராக இருக்கிறீர்கள். ஆனால் ஒன்றைச் செய்யும்போது வரம்புகளும் வரையறைகளும் வந்துவிடுகின்றன. செய்வது என்று வந்துவிட்டால் ஒன்றைத்தான் தெரிவு செய்ய முடியும். அடுத்ததைத் தெரிவு செய்ய முடியாது.

நீங்கள் ஒரு பிறவி ஓவியர். படம் வரைதல் உங்களுக்கு இயல்பாக வருகிறது. புதிதாக ஏதாவது ஒன்று வந்தால் அதைத்

தேர்ந்தெடுப்பதில் கொஞ்சம் தயக்கம் வரலாம். காரணம் நீங்கள் ஒரு பிரபலமான ஓவியர் - உங்கள் பெயர் புகழ், உங்கள் கடந்த காலம் பழக்க வழக்கங்கள் இவை புதியதைத் தேர்ந்தெடுக்கவிடாமல் தடுக்கலாம்.

சில சமயம் பிரபலமாவது ஆபத்தான விஷயமாக இருக்கிறது. அதன்பிறகு புதிதாக எந்த முயற்சியையும் செய்ய முடிவதில்லை. உங்களுக்குப் பயம் வந்துவிடுகிறது. பிரபலமாகும்போது உங்கள் கடந்தகாலத்தில் ஏராளமாக முதலீடு செய்துவிடுகிறீர்கள். கத்துக்குட்டியாகவே இருங்கள். விற்பன்னராகாதீர்கள். புதியதுடன் விளையாடிக்கொண்டிருங்கள். வாழ்க்கையே ஒரு வேடிக்கையாக இருக்கட்டும். அது கனமான விஷயமாக இருக்க வேண்டாம். எல்லாவற்றையும் சீரியசாக எடுத்துக் கொள்பவர்கள் நடைப்பிண மாகவே வாழ்கிறார்கள்.

இப்போதே தொடங்குங்கள். நேரத்தை வீணாக்காதீர்கள். அது எதுவாக இருந்தாலும் சரி. செய்துபார்த்தால்தானே தெரியும்.

அது ஒரு பெண் கருவில் குழந்தையைச் சுமப்பதைப் போன்றது. ஒன்பது மாதம் கருவில் சுமந்து குழந்தை பிறந்த பிறகுதான் அது ஆணா பெண்ணா, ஒத்தையா இரட்டையா அழகா அசிங்கமா என்று தெரியும். தன்னுள் குழந்தையிருப்பதை அந்தப் பெண் உணர முடியும். குழந்தை தன் வயிற்றில் உதைப்பதுகூடத் தெரியும். ஆனால் உள்ளே இருப்பது எப்படிப் பட்ட குழந்தை என்று அந்த தாய்க்குக்கூடத் தெரியாது.

தன் படைப்பு எப்படி வரப்போகிறது என்று ஒரு கலைஞனுக்குத் தெரியாது. அது முழுவதுமாக வந்தபிறகுதான் தெரியும். எல்லாம் நடந்தபிறகு உங்களுக்குச் சில ஞாபகங்கள் வரலாம்.. இது இப்படித்தான் வரப்போகிறது என அன்றே அடையாளம் தெரிந்ததாக நினைக்கலாம். ஆனால் அதெல்லாம் தெளிவாக இருக்காது.

அதனால் தொடங்குங்கள். அதற்குத்தான் காத்துக் கொண்டிருக் கிறேன். தியானம் செய்யத் தொடங்கியதும் ஏதாவது நிகழலாம். அது வரத் தொடங்கிவிட்டதுபோல் தெரிகிறது.

நான் பிரபலமான ஓவியன் என்பதால் ஜெர்மனியில் என் பெயரை மாற்றிக் கொள்ளமுடியுமா என்று தெரியவில்லை.

அதை நிச்சயம் செய்யப் போகிறேன். அப்படிச் செய்ய விரும்புகிறேன். ஆனால் ஓவியக் கூடங்கள் நான் பெயரை மாற்றிக் கொள்ளக்கூடாது என்று சொல்லலாம்.

நீங்கள் பெயரை மாற்றிக் கொள்ளத்தான் வேண்டும். அப்போதுதான் கடந்தகாலத்திலிருந்து முழுமையாக விடுபட்டு வெளியே வரமுடியும். அவர்களிடம் அந்த ஓவியன் இறந்துவிட்டான் என்று சொல்லுங்கள். வேண்டுமென்றால் பத்திரிகைகளில் இரங்கல் செய்தி வெளியிடுங்கள். (ஓஷோ சிரிக்கிறார்).

புதியவனாக புதிய மனதுடன் வாழ்க்கையைத் தொடங்குங்கள். புது ஓவியனாக மாறுங்கள். பழைய ஓவியங்கள் பழைய ஓவியரிடமே இருக்கட்டும். முடிந்தால் மாறுங்கள். முடியாவிட்டால் மறந்துவிடுங்கள்.

புதிதாக ஆரம்பியுங்கள். துணிச்சலுடன் செயல்படுங்கள். துணிச்சல் எப்போதும் உங்களுக்கு வெகுமதிகள் வழங்கும். அது நடக்கத்தான் போகிறது நல்லது.

நான் என் சமநிலையை இழந்து நடுங்கிக்கொண்டிருக்கிறேன்.

இங்கே பக்கத்தில் வாருங்கள். என்ன நடக்கிறது என்று விரிவாகச் சொல்லுங்கள்.

எனக்கு அவ்வளவு பயம் இல்லை. என்றாலும் திடீரென்று விழுந்துவிடுவேனோ என்று தோன்றுகிறது. பின் எப்படியோ என்னைச் சமன் செய்து கொள்கிறேன். அதன்பின் இயல்புநிலைக்குத் திரும்பிவிடுகிறேன். அதன்பின் என்னுள் இருப்பதெல்லாம் திடீரென்று மேலே போய்ப் பின் கீழே வருவதுபோல் தோன்றுகிறது. அதனால் என்னால் ஒரு நிலையில் இருக்க முடியவில்லை.. உள்ளே ஏதோ போராட்டம் நடக்கிறது என்று மட்டும் தெரிகிறது. ஆனால் அது என்ன எப்படி என்று தெரியவில்லை. எப்படியோ வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறேன் என்று தெரிகிறது. அது எப்படி என்றுதான் புரியவில்லை.

எனக்குப் புரிகிறது. உங்களுக்குள் மாற்றம் நிகழும்போது நீங்கள் ஒரு குழப்ப மேகத்திற்குள் செல்வீர்கள். ஏனென்றால் பழையது நிலைகுலைந்துவிட்டது, புதியது இன்னும் வரவில்லை என்ற இரண்டுங்கெட்டான் நிலையில் இருக்கிறீர்கள்.

பழையது போனதற்கும் புதியது வருவதற்கும் இடையே ஒரு கால இடைவெளி உண்டாகிறது. அந்த இடைப்பட்ட காலத்தில் நீங்கள் உங்கள் சமநிலையை இழந்துவிட்டதுபோல் தோன்றும். நீங்கள் எங்கே இருக்கிறீர்கள் என்பதே சிலசமயம் தெரியாமல் போய்விடும். உங்கள் சுயத்தையேகூட இழக்க நேரிடும். உங்கள் காலடியில் இருக்கும் தரை நழுவத் தொடங்கும். கீழே தரையே இல்லாத அதல பாதாளத்தில் விழுந்து கொண்டிருப்பதுபோல் தோன்றும். அதனால் விழும் வழியில் கிடைத்ததைப் பிடித்துத் தொங்கிக் கொண்டிருப்பீர்கள். அது இயற்கையானது.

ஆனால் அப்படிப் பிடித்துக்கொண்டு தொங்கும்போது நீங்கள் பழையதற்கும் புதியதற்கும் இடையே உள்ள கால இடைவெளியை இன்னும் அதிகமாக்கிக்கொண்டே போவீர்கள். அப்படித் தொங்காவிட்டால் விரைவில் அந்த இடைவெளி மறைந்துவிடும். அது இந்தக் கணத்தில்கூட மறையலாம். அது காலத்தைப் பொறுத்ததல்ல. உங்கள் நம்பிக்கையைப் பொறுத்தது..

நீங்கள் என்னை நம்பினால் பிடித்துக் கொண்டிருப்பதை விட்டுவிடுங்கள். அந்தச் சமனற்ற நிலையை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். பாதுகாப்பற்ற நிலையை ஒத்துக் கொள்ளுங்கள். அதை ஏற்றுக் கொண்டால் அது உடனே மறைந்துவிடும். பழைய நிலைமை இன்னும் நன்றாக இருந்ததே என்று நீங்கள் நினைப்பதால்தான் இது தொடர்கிறது.

குழந்தை பிறக்கும்போது இருக்கும் நிலையைப் போன்றதுதான் இது. ஒன்பது மாதங்கள் அந்தக் குழந்தை தாயின் கருப்பையில் வசதியாக, பாதுகாப்பாக இருந்தது. அப்போது அந்தக் குழந்தை அனுபவிக்கும் சுகமும் பாதுகாப்பும் பின்னால் எப்போதும் அதற்குக் கிடைக்காது. இன்றைய விஞ்ஞானத்தின் மொத்த வளர்ச்சியும் அந்தச் சுகத்தையும் பாதுகாப்பையும் உங்களுக்குத் தர முடியாது. தாயின் கருப்பையில் இருக்கும்போது கவலை

இல்லை, பொறுப்பு இல்லை போராட்டம் இல்லை. எதுவும் இல்லை.

உங்களுக்கு வேண்டியதெல்லாம் உடனே கிடைக்கும். அதுவும் நீங்கள் தேவையை உணரும் முன்னாலேயே கிடைத்துவிடும். நீங்கள் கேட்டுத்தான் கிடைக்க வேண்டும் என்று இல்லை. கேட்டால்தான் கிடைக்கும் போன்ற சமுதாயப் பொருளியல் விதிகள் கருப்பையில் இருக்கும் குழந்தைக்குப் பொருந்தாது. எல்லாமே வசதியாக இருக்கிறது. குழந்தையைப் பொறுத்தமட்டில் தாயின் கருப்பை ஒரு குட்டி சொர்க்கம்தான்.

கருப்பையில் இருக்கும் குழந்தை 24 மணிநேரமும் தூங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. இருட்டு, மௌனம், அமைதி - இதுதான் அந்தக் குழந்தையின் உலகம்.

அதன்பின் அந்தக் குழந்தை மண்ணில் பிறக்கிறது. என்ன நடக்கப் போகிறது என்று அந்தக் குழந்தைக்குத் தெரியாது. தன்னுடைய வசதியான சொர்க்கத்திலிருந்து மூர்க்கத்தனமாகத் தூக்கியெறியப்பட்டதை அந்தக் குழந்தை உணர்கிறது.

பைபிளில் ஆதாம் என்ற முதல் மனிதன் கடவுளின் தோட்டத்திலிருந்து தூக்கியெறியப்பட்ட கதை நமது ஜனனத்தைத்தான் குறிக்கிறது. தாயின் கருப்பைதான் அந்தத் தோட்டம். ஜனனம் என்பது அந்தத் தோட்டத்திலிருந்து வெளியேற்றப்படுதலே.

வெளியே வந்த குழந்தைக்கு அதிர்ச்சி. அதனால் புதிய சூழ்நிலையில் இருக்க முடியவில்லை. மனவியல் வல்லுனர்கள் அதைப் பேரதிர்ச்சி என்கிறார்கள். சாவுக்கு முன்னால் அதற்கு நிகரான அதிர்ச்சியை அந்தக் குழந்தை சந்திக்காது. சாவுகூட அந்த அளவிற்கு அதிர்ச்சியாக இருக்காது. ஏனென்றால் வாழ்ந்து வயதாகி அலுத்துப்போய் அந்தக் குழந்தை ஓரளவு சாவை எதிர்பார்க்கத் தொடங்கிவிடுகிறது. சொல்லப் போனால் சாவு வருவதற்கு முன்பே சாக வேண்டும் என்ற விருப்பம் பலருக்கு வந்துவிடுகிறது. அதனால் மரணம்கூட ஜனனம் அளவிற்கு அதிர்ச்சியாக இருக்காது.

இப்போது உங்களுக்குள் நிகழ்ந்து கொண்டிருப்பதும் ஒருவகையில் ஜனனம்தான். மதம் என்பது மறுபிறவி எடுப்பதுதான். ஆனால் இந்த ஜனனம் உங்கள் முழு உணர்வோடு நடக்கிறது. இந்த ஜனனத்தை எதிர்த்து நீங்கள் போராடினால் பழையதைப் பிடித்துத் தொங்கிக் கொண்டிருந்தால் அந்த இடைப்பட்ட காலம் இன்னும் அதிகமாகும். அதனால் நெகிழ்வாக இருங்கள். இந்த அளவு வந்தபின் நீங்கள் திரும்பிச் செல்ல முடியாது.

உங்கள் நிலை எப்படி இருக்கிறது தெரியுமா? ஒரு பிரசவம் நடந்து கொண்டிருக்கிறது. குழந்தையின் தலை வெளியே வந்துவிட்டது. ஆனால் உடல் இன்னும் உள்ளேயே இருக்கிறது. இனிமேல் அந்தக் குழந்தை நினைத்தாலும் தன் தாயின் கருப்பைக்குள் மீண்டும் நுழைய முடியாது. அதற்கு இருக்கும் ஒரே வழி வெளியே வருவதுதான். நீங்கள் கருப்பையைப் பிடித்துத் தொங்கிக் கொண்டிருந்தால் உங்கள் வலியும் துன்பமும் இன்னும் அதிககாலம் நீடிக்கும். அது தேவையில்லை. அதனால் ஒத்துழையுங்கள்.

இருப்பதிலேயே மரணம்தான் வசதியானது. வாழ்க்கை என்று வந்துவிட்டால் அதில் சில அசௌகரியங்கள் இருக்கத்தான் செய்யும். வலி, துன்பம் இதெல்லாம் இல்லாமல் வாழ முடியாது. ஒவ்வொன்றிற்கும் அர்த்தம் இருக்கிறது.

உங்களுக்கு என் ஆசிகள். எதுவும் தவறில்லை. எல்லாம் சரியாகத்தான் இருக்கிறது. இன்னும் கொஞ்சம் துணிச்சலாக இருங்கள் அது போதும். இது மறைந்துவிடும். காலத்தை வீணாக்காமல் நடக்கும் நிகழ்வோடு ஒத்துழையுங்கள். அதை ஏற்றுக் கொண்டு முன்னே செல்லுங்கள்.

எது முதலில் பாதுகாப்பின்மை என்று தோன்றியதோ அதுவே பின்னால் சிறந்த பாதுகாப்பாக இருக்கும். எது முதலில் கஷ்டம் என்று தோன்றியதோ அதுவே பின்னால் சுகமாக இருக்கும். பயப்படாதீர்கள்.

இங்கே இருப்பதில் நான் பெருமகிழ்ச்சி அடைகிறேன். அடிப்படையில் நான் எதிலும் குற்றம் குறை பார்த்துக் கொண்டே இருப்பவன். நான் இங்கே ஒரு நண்பனைப்

பார்க்க வந்தேன். எனக்குள் இப்படி ஒரு மாற்றம் நிகழும் என்று நான் கனவிலும் நினைக்கவில்லை..

இன்னும் நிறைய நடக்கப் போகிறது. அது உங்களுக்குத் தெரியாது. நீங்கள் நன்றாக அகப்பட்டுக் கொண்டீர்கள்.

(பின் கேள்வி கேட்ட பெண்ணின் ஆண் நண்பரிடம் பேசுகிறார் ஓஷோ)

அவளுக்கு உதவி செய்யுங்கள். முதலில் அவள் இங்கு சுகமாக இருக்க உதவுங்கள். பின் நான் அந்தச் சுகத்தை அடியோடு அழிக்கிறேன். ஆரம்பத்திலேயே அவளைப் பயமுறுத்தாதீர்கள். அந்த வேலையை நான் பிறகு செய்கிறேன். (ஓஷோ சிரிக்கிறார்)

நான் பலமுறை இந்தியாவிற்கு வந்திருக்கிறேன். ஆனால் இந்த முறை நான் ஆன்மிகப் பயணமாக இந்த நாட்டுக்கு வந்திருக்கிறேன். வேறு எந்த வகையான அறிவையும் தேடி நான் இங்கு வரவில்லை. மீண்டும் சரியான பாதையில் செல்லவே இங்கு வந்திருக்கிறேன். நான் இங்கிலாந்தில் இருந்தபோது பாதை தவறிவிட்டேன். அங்கே தவறவிட்ட பாதையை இந்தியாவில் கண்டுபிடித்துவிடலாம் என்ற நம்பிக்கையில்தான் இங்கு வந்திருக்கிறேன்.

நீங்கள் நிச்சயம் அதைக் கண்டுபிடிப்பீர்கள். நல்லது. ஆனால் இந்தத் தேடல் இருக்கிறதே அது மிகவும் அழகானது. நீங்கள் தேடியதைக் கண்டுபிடிக்கிறீர்களோ இல்லையோ அது இரண்டாவது பட்சம். இங்கே தேடல்தான் முக்கியம். அந்தத் தேடலே உங்கள் பாதையாகிறது.

உங்கள் தேடலைத் தவிர வேறு பாதைகள் கிடையாது. உங்கள் தேடலின் தீவிரமே உங்கள் பாதையாக மாறுகிறது. பாதை என்று சொல்வதே தவறு. பாதை என்று சொல்லும்போது ஏற்கனவே இருக்கும் பாதையை நாம் கண்டுபிடித்து அதில் நடக்கிறோம் என்ற பொருள் வருகிறது. அது இல்லை உண்மை...

ஏற்கனவே நிர்ணயிக்கப்பட்ட ஒரு பாதை இல்லையா என்ன? நீங்கள் தவறான வழியில் போனால் மீண்டும்

திரும்பித் தொடங்கிய இடத்துக்கு - அந்தச் சாலைச் சந்திப்புக்கு - வர முடியாதா?

இல்லை ஏற்கனவே போடப்பட்ட பாதை என்று ஒன்றும் இல்லை. நீங்கள் நடக்க நடக்க உங்கள் பாதையை உருவாக்குகிறீர்கள். ஒவ்வொருவரும் அவரவர் உருவாக்கும் பாதையில்தான் நடக்கிறார்கள். பொது வழி, நெடுஞ்சாலை, நான்குவழிச்சாலை என்று ஆன்மிகத்தில் ஒன்றும் இல்லை.

நீங்கள் தவறான வழியில் செல்கிறீர்கள் என்பதற்கு என்ன அடையாளம்? நீங்கள் உணர்வின்மை நிலைக்குச் சென்றுவிடுவீர்கள். உணர்வு நிலையில் இருந்தால் செல்லும் பாதை சரி. இல்லாவிட்டால் செல்லும் பாதை தவறு.

உங்கள் வாழ்க்கையில் எப்போதெல்லாம் அரை மயக்க நிலையில் தூக்கக்கலக்கத்தில் தெளிவில்லாமல் செயல்படுகிறீர்களோ

எப்போதெல்லாம் உங்களுக்கு நாம் என்ன செய்கிறோம் அதை ஏன் செய்கிறோம் என்று தெரியவில்லையோ

எப்போதெல்லாம் நீங்கள் ஏன் இந்த உலகத்தில் பிறந்தீர்கள் என்பதே தெரியவில்லையோ

அப்போதெல்லாம் நீங்கள் பாதை தவறிவிட்டீர்கள் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

நீங்கள் மீண்டும் தெளிவு பெறும்போது உங்கள் பார்வை உங்களுக்குத் திரும்பவும் கிடைக்கும்போது நீங்கள் மீண்டும் சரியான பாதைக்குத் திரும்பிவிட்டீர்கள் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளலாம். பிரச்சினை உங்களுக்கு வெளியில் இல்லை. உள்ளேதான் இருக்கிறது. நீங்கள் உங்களுக்குள் இருக்கும் சக்தியை எப்படிச் சேகரித்துக் கையாளுகிறீர்கள் என்பதுதான் கேள்வி. அதனால்தான் சொன்னேன் தேடல் மட்டுமே போதுமென்று.

'கேளுங்கள் கொடுக்கப்படும், தட்டுங்கள் திறக்கப்படும். தேடுங்கள் கண்டடைவீர்கள்' என்று ஏசுநாதர் சொன்ன வார்த்தைகள் நினைவுக்கு வருகின்றன. உண்மையில் கதவு மூடியிருக்கவில்லை. அவை ஏற்கனவே திறந்துதான் இருக்கின்றன. நீங்கள்தான்

தட்டவில்லை. பதில் தயாராக இருக்கிறது. ஆனால் நீங்கள்தான் கேள்வியைக் கேட்கவில்லை. உங்கள் தேடலின் பொருள் உங்களுக்குள்ளேயே இருக்கிறது. நீங்கள்தான் சரியாகப் பார்க்கவில்லை.

ஒரு தீவிரமான தேடல், ஒரு மனப்பூர்வமான தேடல் உங்கள் பாதையாகிறது. இதைத் தெரிந்து கொள்ளவில்லையென்றால் நீங்கள் மீண்டும் மீண்டும் உங்கள் பாதையைத் தொலைப்பீர்கள். ஏனென்றால் நீங்கள் கண்டுபிடித்த பாதை நிச்சயம் சரியான பாதையாக இருக்காது. சரியான பாதைகள் என்றுமே தொலைக்கப்படுவதில்லை. எது முதலில் கிடைத்துப் பின்னால் தொலைந்து போகிறதோ அது முதலிலேயே சரியான பாதையில்லை.

சரியான பாதையைக் கண்டுபிடிக்க நீங்கள் எங்கும் போக வேண்டாம். உங்களுக்கு உள்ளே போனால் போதும். அதுதான் உண்மையான இந்தியா - அதுதான் உங்கள் உள்ளொளி.

இந்தியா வெறும் பூகோளம் இல்லை. இந்தியாவைப் பார்க்க நீங்கள் கிளம்பிப் போனால் உங்கள் நேரம்தான் வீணாகும். இந்தியா உங்களுக்கு உள்ளே இருக்கும் இடம். உள்ளத்து அமைதியைக் குறிக்கும் உன்னதமான சின்னம் இந்தியா. நீங்கள் உங்களுக்குள்ளேயே இந்த உள்ளொளிப் பயணத்தைச் செய்யத் தொடங்கினால் நீங்கள் இந்தியாவை நோக்கிச் செல்வீர்கள். தனக்குள் இருக்கும் அந்தப் பாதையைக் காண்பவன் இந்தியன். இந்தியா என்ற நாட்டில் பிறந்ததால் மட்டுமே யாரும் இந்தியனாகி விடமுடியாது.

இப்போதெல்லாம் நான் வீட்டில் தியானம் செய்யும்போது என் தொண்டையில் ஏதோ அடைத்துக் கொண்டிருப்பதுபோல் உணர்கிறேன். என்னுடைய மொத்த சக்தியும் அந்த இடத்தில் செல்கிறது. இந்த உணர்வு மீண்டும் ஏற்பட்டால் நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

இறந்து போவதைப் போன்ற உணர்வு ஏற்படுகிறதா?

ஆமாம் நிச்சயமாக. அப்படித்தான் தோன்றுகிறது.

நீங்கள் எதற்கும் கவலைப்படாதீர்கள். சாவை எதிர்நோக்கி நிற்கும் முனைக்கு வந்திருக்கிறீர்கள்.

ஒரு நாள் இல்லாவிட்டால் ஒரு நாள் நாம் சாவை எதிர் நோக்கியே ஆக வேண்டும். ஆழமாகச் செல்வது எல்லாமே உங்களைச் சாவை எதிர்நோக்கவைக்கும். யாரையாவது ஆழமாக நேசித்தால் அந்த நேசமே உங்களைச் சாவை எதிர்நோக்க வைக்கும். அதனால்தான் அனைவரும் நேசிக்கப் பயப்படுகிறார்கள். நேசத்தோடு விளையாடிக் கொண்டிருக்கிறார்களேயொழிய யாருமே அதில் ஆழமாக இறங்குவதில்லை.

நீங்கள் தொடர்ந்து வழிபாடு செய்துவந்தால் ஒருநாள் சாவு உங்களுக்கு அருகில் இருக்கும். அதனால்தான் பலர் உண்மையிலேயே வழிபாடு செய்வதில்லை. வேஷம் போடுகிறார்கள். தியானம் செய்தாலும் அந்த நிலைதான் ஏற்படும். ஆழமாகப் போகும்போது சாவு என்ற முனையைக் கடந்துதான் போக வேண்டும். ஏனென்றால் அதைக் கடந்த நிலையில்தான் வாழ்க்கை இருக்கிறது. சாவு என்னும் தடுப்புச்சுவரைத் தாண்டிக் குதிக்காமல் வாழ்க்கை என்ற வீட்டிற்குள் போக முடியாது.

அதனால் அடுத்தமுறை அது நடக்கும்போது பேசாமல் செத்துவிடுங்கள். சாவைத் தடுக்க முயலாதீர்கள். அதிலிருந்து வெளிவர முயற்சி செய்யாதீர்கள். அதனுடன் போரிடாதீர்கள். நெகிழ்வாக இருங்கள். நான் சாக விருப்பத்துடன் இருக்கிறேன் என்று மென்மையாக உங்களுக்குள் சொல்லிக் கொள்ளுங்கள். சாவை வரவேற்று உபசரியுங்கள். ஆனால் இவை எல்லாம் இயல்பாக நடக்க வேண்டும். நீங்கள் இறுக்கமில்லாமல் இருக்க வேண்டும். அப்படி நடந்தால் சாவு உங்களைத் தாண்டிப் போய்விட்டதை உணர்வீர்கள். அதன்பின் அந்தத் தொண்டை யடைத்தலும் இருக்காது. உங்கள் சக்தி தங்குதடையில்லாமல் நீரோட்டம்போல் பாய்ந்து கொண்டிருக்கும். சக்தியின் புதிய மூலத்தோடு தொடர்பு கொண்டிருப்பீர்கள்.

அடுத்த முறை அது நடக்கும்போது இந்தக் கைக்குட்டையைக் கழுத்தைச் சுற்றி அணிந்து கொள்ளுங்கள். (ஓஷோ தன் கைக்குட்டைகளில் ஒன்றை அந்தப் பெண்ணிடம் தருகிறார்) இது நான் இருக்கிறேன் என்று உங்களுக்கு நினைவூட்டுவதற்காக. பயப்படாதீர்கள். இது சீக்கிரம் போய்விடும். கவலை வேண்டாம்.

ஆனால் இந்த உணர்வை நீங்கள் எதிர்கொள்ள வேண்டும். சாவை எதிர்கொண்டால்தான் வாழ்வின் பொருள் புரியும். இது அசப்பில் ஒரு முரண்பாடுபோல் தோன்றும். உண்மையில் அப்படி இல்லை.

இருட்டை எதிர்கொண்டால்தான் பகலைப் புரிந்துகொள்ள முடியும். இரவின் இருட்டு அழுத்தமாக இருந்தால் விடியல் அருகில் இருக்கிறது என்று பொருள்.

எனக்குப் பயமாக இருக்கிறது.

நல்லது. இங்கே வாருங்கள். நன்றாகப் பயப்படுங்கள். அதில் எந்தத் தவறும் இல்லை. கண்களை மூடிக்கொண்டு நன்றாகப் பயப்படுங்கள். என்ன வேண்டுமானாலும் நடக்கட்டும். எதையும் தடுக்காதீர்கள். (கேள்வி கேட்ட பெண்ணின் உடல் முதலில் லேசாக ஆடுகிறது. பின் நடுங்குகிறது. பின் ஒரு குலுங்கு குலுங்கி முன்னால் வருகிறது. ஓஷோ தன் கையில் விளக்கின் ஒளியில் அவளைப் பார்க்கிறார்)

நல்லது. கவலைப்படாதீர்கள். இது இயற்கையானதுதான். புதிதாக ஒன்று உங்களுக்குள் நிகழ்ந்து கொண்டிருக்கிறது. புதிதாக ஒன்று உங்களுக்குள் வளர்ந்து கொண்டிருக்கிறது. அதனால்தான் உங்களுக்குப் பயம். இதுவரை தெரியாத ஒன்றின்மேல் எப்போதுமே பயம் இருக்கும். அறியாதது விநோதமானது எல்லாமே நம் மனதில் பயத்தை உண்டாக்கும்.

அறிந்தவற்றிடம் பயம் இருக்காது. ஆனால் அறிந்தது என்பது மீண்டும் மீண்டும் வருவது. சாதாரண நிகழ்வு. அன்றாட நடைமுறை. அறியாத ஒன்று உங்களுக்குள் நுழைந்து கொண்டிருக் கிறது. அதை அனுமதியுங்கள். அதற்காகச் சங்கடப்படாதீர்கள். அதை நீங்கள் அமுக்கப் பார்க்கிறீர்கள். அதை அடுத்தவர் பார்க்காமல் உங்களுக்குள் அமுக்க முயற்சி செய்கிறீர்கள். மற்றவர்களிடமிருந்து மட்டுமல்லாமல் உங்களிடமிருந்தே அதை ஒளித்து வைக்கிறீர்கள். அப்படிச் செய்வது உதவாது.

இந்தக் கண்ணா-மூச்சி விளையாட்டை உடனே நிறுத்துங்கள். உண்மையாக இருங்கள் மனப்பூர்வமாக இதில் ஈடுபடுங்கள். எது

நிகழ்கிறதோ அதை அனுமதியுங்கள். நாளையிலிருந்து உங்கள் தியானம் இன்னும் ஆழமாகப் போகும். அதை நீங்கள் தடுத்து நிறுத்துவதால்தான் இந்தப் பயம் ஏற்படுகிறது. அப்படி ஏதாவது ஒன்றை நீங்கள் தடுத்தால் என்னிடம் வர அஞ்சுவீர்கள். ஏனென்றால் என்னை யாரும் ஏமாற்ற முடியாது.

நீங்கள் ஒரு திருடியாக இருப்பதால்தான் இந்தப் பயம். (ஓஷோ சிரிக்கிறார்)

என்னிடமிருந்து எதையும் மறைக்காதீர்கள். நாம் இங்கே உண்மையாக, நேர்மையாக, நிர்வாணமாக, இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் தூயவர்களாக வெகுளிகளாக மாறமுடியும்.

எந்தமாதிரியான தியானங்களைச் செய்கிறீர்கள்?

அதிகம் இல்லை. எனக்கு உடல்நலம் சரியில்லை.

பார்த்தால் அப்படித் தெரியவில்லையே? பூரண நலத்துடன் இருப்பதாகத் தோன்றுகிறதே! உங்கள் நோயும் உங்கள் மனதின் விளையாட்டாக இருக்கலாம். சில சமயம் உங்கள் மனம் நீங்கள் ஓடி ஒளிந்துகொள்ளத் தோதாக சில வியாதிகளை உண்டாக்கும். "எனக்கு உடல் நலமில்லையே. நான் என்ன செய்வது?" என்று நீங்கள் கேட்க வசதியாக இருக்கும். நீங்களும் தியானம் செய்வதிலிருந்து தப்பித்துவிடலாம். (ஓஷோ சிரிக்கிறார்)

கவலைப்படாதீர்கள். நாளையிலிருந்து கடுமையான உழைப்பில் ஈடுபடுங்கள்.

○

பதினான்காம் நாள்

உங்கள் ஆன்மாவைப் பின்பற்றிச் செல்லுங்கள்

(முதன்மை நோய்நீக்கல் குழு நடந்து கொண்டிருக்கிறது. அந்தக் குழுவில் இருக்கும் சிலர் ஓஷோவைப் பார்க்க வந்திருக்கிறார்கள்.

அந்தக் குழுவில் மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்ய வந்திருக்கும் பெண்ணிடம் ஓஷோ முதலில் பேசுகிறார்.)

நான் இன்னும் என்னை முழுமையாகத் தரவில்லை என்பதை உணர்கிறேன்.

நீங்கள் வளர்ந்துகொண்டு வருகிறீர்கள். எனக்கு மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறது. மனிதர்களுடன் வேலை செய்யும்போது ஒன்று கடனே என்று வேலை பார்க்கலாம். இல்லை உங்கள் அன்பின் வெளிப்பாடாக உங்கள் பணி அமையலாம். இந்த இரண்டு அணுகுமுறைகளுக்கும் மகத்தான வேறுபாடு இருக்கிறது. கடனே என்று பார்க்கும்போது ஏனோதானோ என்றுதான் உங்கள் பணியிருக்கும். அன்பின் வெளிப்பாடாக இருக்கும்போது அதில் ஒரு துடிப்பும் உயிர்ப்பும் இருக்கும். கடமை என்று நினைத்துப் பார்க்கும்போதும் அது மற்றவர்களுக்கு உதவலாம். ஆனால் உங்கள் பணி உங்கள் அன்பிலிருந்து வரும்போது அது மற்றவர்களை மாற்றிவிடும். கடமை அணுகுமுறையில் அடுத்தவரை மேலோட்டமாகத்தான் தொடமுடியும். ஏனென்றால் அது உங்கள் மூளையிலிருந்து வருகிறது. அன்பு அடுத்தவரை அடியோடு மாற்றிவிடும். காரணம் அது உங்கள் இதயத்திலிருந்து வருகிறது.

மனிதர்களோடு பணிபுரியும்போது ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு மாதிரி என்பதை நீங்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் ஏற்கனவே பார்த்தமாதிரி ஒரு மனிதரை மீண்டும் பார்க்கவே மாட்டீர்கள். ஒவ்வொரு மனிதனும் ஒரு வரலாறு. ஏனென்றால்

அவனைப் போல் ஒருவன் மறுபடியும் தோன்றமாட்டான். அதனால் அந்த மனிதனுடன் நீங்கள் தொடர்பு கொள்ளும் ஒவ்வொரு கணமும் மகத்துவம் வாய்ந்தது. ஏனென்றால் அது மறுபடியும் வராது. அதனால் மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்யும்போது அது உங்களுடைய அன்பின் வெளிப்பாடாக இருக்கட்டும். அடுத்தவருக்கு உதவி செய்கிறோம் என்பதை மறந்துவிடுங்கள். அடுத்தவரிடம் அக்கறை காட்டுங்கள்.

நீங்கள் அடுத்தவர்களுக்கு உதவி செய்தால் அதிகபட்சம் ஒரு நர்சாக - ஒரு தாதிப்பெண்ணாக - இருக்கலாம். அக்கறை காட்டினால் அவர்களுக்கு ஒரு தாயாக இருப்பீர்கள். உதவி என்பது அளவு சம்பந்தப்பட்டது. அக்கறை என்பது தன்மை சம்பந்தப்பட்டது. அதில் ஒரு தீவிரம் இருக்கும். அது ஒரு தீக்கனல். அதனால் ஆழமான அன்புடன் பணி செய்யுங்கள்.

ஒவ்வொரு மனிதனும் இறைவனின் பிரதிநிதி. அதனால் ஒவ்வொரு மனிதனையும் நேசியுங்கள், வழிபடுங்கள், மதியுங்கள். அவனுக்கு என்ன செய்தாலும் அதை ஓர் அழுத்தமான பணிவோடு செய்யுங்கள். அப்படிச் செய்தால் நீங்கள் உதவி செய்வதைவிட உங்களுக்கு அதிகம் உதவி கிடைக்கும். அவர்களைவிட நீங்கள் அதிகம் வளர்வீர்கள்.

இந்த உலகத்தில் ஒரு விஷயத்தைக் கற்க வேண்டுமென்றால் ஆசிரியராவதைவிட வேறு சிறந்த வழியில்லை. அந்தப் பணியைப் புனிதமான பணியாகக் கருதுங்கள். மனப்பூர்வமான நேர்மையுடன் பணியாற்றுங்கள். சீரியசாக இருக்க வேண்டும் என்று சொல்லவில்லை. சீரியசாக இருந்தால் அடுத்த ஆளுக்கு உதவ முடியாது. மனப்பூர்வமாகச் செய்யுங்கள். ஆனால் செய்யும் எதையும் விளையாட்டாக எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அதேசமயம் உங்கள் பணியில் இருக்கும் புனிதத்தை மறந்துவிடாதீர்கள். புனிதத்தன்மையும் விளையாட்டுத்தனமான போக்கும் சந்திக்கும்போது உங்களிடம் அடுத்தவருக்கு உதவி செய்யும் வல்லமை பிறக்கும். இதுதான் உதவி செய்வதின் ரசவாத வித்தை.

உங்கள் உள்ளுணர்வு சொல்வது சரிதான். நீங்கள் இன்னும் முழுமையாக இதில் ஈடுபடவில்லை. அது எப்போதும் யாருக்கும்

நடப்பதில்லை. ஒன்றில் நம் ஈடுபாடு அதிகமாகும் போதுதான் அது இன்னும் முழுமையாக இல்லை, அதில் குறைவு இருக்கிறது என்பதை உணர்கிறோம். வாழ்க்கை என்பது ஒரு தொடர்ச்சியான நீரோட்டம்போல் சென்றுகொண்டேயிருக்கிறது. அதற்கு முடிவு கிடையாது. இருப்பதைக் கொஞ்சம் அதிகமாக்குவது என்பதை எப்போது வேண்டுமானாலும் செய்யலாம்.

அதற்கு முடிவு இல்லாமல் இருப்பது நல்லது. இல்லாவிட்டால் முடிவு வரும்போது நீங்கள் இறந்திருப்பீர்கள். முடிவின்மை என்ற அந்த உணர்வு நல்லது. அதனால் இன்னும் அதிகமாக முயற்சி செய்யுங்கள். இன்னும் அதிக சக்தியை உள்ளே கொண்டு வாருங்கள். உங்கள் ஈடுபாடு அதிகமாகிக்கொண்டே போகட்டும். ஆனால் அது ஒருநாளும் முழுமையாகாது. யாருமே முழுமை பெற்றதில்லை.

நல்லது.

(இப்போது ஓஷோ மற்றொரு உதவியாளரிடம் பேசுகிறார்.)

நான் ஒரு கருவியாக இருக்க விரும்புகிறேன். என்மூலம் எல்லாம் நிகழ வேண்டும் என்று விரும்புகிறேன். ஆனால் இது நடக்க வேண்டுமென்றால் நான் எதுவும் செய்யாமல் அமைதியாக இருக்க நேரம் வேண்டும். நம் அமைப்பு அதனை அனுமதிக்குமா என்று தெரியவில்லை.

அதனை உங்கள் பணியின் ஒரு பகுதியாக வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.. செயலாற்றுவதும் உதவும். செயலற்ற நிலையும் உங்களுக்கு உதவியாக இருக்கும். ஓர் அழுத்தமான அனுபவத்திற்குப் பின் சில நிமிடங்கள் மௌனமாக இருப்பது அர்த்தமுள்ளதாக இருக்கும்.

உங்களைப் பரபரப்பாக வேலை செய்யவைப்பதன் நோக்கம் இதுதான். ஒரு கட்டத்தில் நீங்கள் களைப்படைவீர்கள். உங்கள் செயலால், உங்கள் ஆளுமை உணர்வால் தொடர்ந்து வெளிமுகமாகச் செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் உங்கள் சக்தியால் நீங்கள் களைத்துப் போவீர்கள். அந்த சமயத்தில் தளர்வாக இருப்பதையே விரும்புவீர்கள். ஒன்றும் செய்யாமல் உட்கார்ந்திருப்பீர்கள் இல்லை ஒன்றும்

பேசாமல் படுத்திருப்பீர்கள். மொத்தத்தில் அந்த இடத்திலிருந்து சில நிமிடங்களுக்குச் சுத்தமாகக் காணாமல் போய்விடுவீர்கள். உலகத்திலிருந்து ஒரு தாற்காலிக ஓய்வு எடுத்துக் கொள்வீர்கள்.

இந்த ஓய்வு நேரங்கள் எல்லாம் மிகவும் அர்த்தம் செறிந்தவை. அதனால் அவற்றை உங்கள் பணியின் ஒரு பகுதியாக ஆக்கிக் கொள்ளுங்கள். முதலில் சுறுசுறுப்பாகச் செயலில் ஈடுபடுங்கள். அப்போதுதான் அந்த அர்த்தமுள்ள ஓய்வு நேரங்கள் உங்களுக்குக் கிடைக்கும். அந்த ஈடுபாடு மிகவும் தீவிரமானதாக ஆழமான அன்போடு கூடியதாக இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் உங்கள் சக்தியெல்லாம் எரிந்து போகு.ம். அப்படிப்பட்ட தீவிரச் செயல்பாடு இல்லாமல் நீங்கள் ஓய்வாக அமர்ந்தால் ஒன்றும் நடக்காது.

செயலாற்றி முடித்தவுடன் மௌனமாக மற்றவர்களுடன் சேர்ந்து அமருங்கள். கையைப் பற்றியபடி வட்ட்மாக அமரலாம். ஒன்றும் செய்ய வேண்டாம். சில நிமிடங்கள் போதும் உங்களுக்குப் புத்துணர்வு தோன்றும். அந்தப் புத்துணர்வு உங்களிடமிருந்து வரவில்லை, உங்களைவிட ஆழமாக இருக்கும் ஒன்றிலிருந்து வருகிறது என்பதை உணர்வீர்கள். உங்களைவிட உயரமாக இருக்கும் ஒன்றிலிருந்து வருகிறது என்பதை உணர்வீர்கள்.

ஆம், அது உங்களிடமிருந்து வரவில்லை. உங்களுக்குத் தரப்பட்டிருக்கிறது.

நான் என் தாயைப் பார்க்கமுடியவில்லையே என்று தவித்துக் கொண்டிருக்கிறேன். என்னுள் ஓர் ஆழமான பிளவு உண்டாவதையும் உணர்கிறேன்.

நல்லது.

இந்த மண்ணில் பிறந்த அனைவருமே தங்கள் தாயைத்தான் முதலில் நேசிப்பார்கள். அம்மாவின் மூலமாகத்தான் அகிலத்தையே நேசிப்பார்கள்.

அம்மாவை நேசிப்பதன்மூலம் அடுத்தவரை நேசிக்கும் வல்லமை உங்களுக்கு வரும். அப்படி அடுத்தவரை நேசிக்கும்போது உங்கள் தாயின் அன்பு அங்கே இருக்கும்.

அடிப்படையான ஒன்றை நீங்கள் தொட்டுவிட்டீர்கள். அம்மாவை நினைத்து அழுங்கள். அந்த அழுகையில் மகிழ்ச்சியைக் காணுங்கள். அதை அடக்கி வைக்காதீர்கள். அது பல விஷயங்களை வெளியே கொண்டுவரும். ஒரு மனிதனால் தன் தாயை நேசிக்க முடியவில்லையென்றால் பின் இந்த உலகில் வேறு எந்தப் பெண்ணையும் நேசிக்கமுடியாது. எல்லாப் பெண்களும் தாயின் பிரதிநிதிகளே. தாயின் பிரதிபலிப்புகளே.

நீங்கள் ஒரு பெண்ணை நேசித்தால் இறுதியில் அவள் உங்கள் தாயாகிவிடுகிறாள் என்று இந்தியாவில் சொல்வோம். அப்போதுதான் அந்த நேசம் பூர்த்தியாகும். ஒவ்வொரு கணவனும் குழந்தையாகிறான். அவனுடைய மனைவியே அவனுக்குத் தாயாகிறாள். அதுதான் அன்பின் உச்ச கட்டம் அங்குதான் ஆணும் பெண்ணும் சங்கமிக்கிறார்கள்.

குழந்தை பிறந்தவுடன் அது தன் தாயிடமிருந்து பிரிகிறது. பின் வளர்ந்து பெரியவனாகி மீண்டும் குழந்தையாகிறது. அதன் இரண்டாவது குழந்தைப் பருவத்தில் தன் மனைவியைத் தாயாக நினைக்கிறது. ஒவ்வொரு பெண்ணும் மீண்டும் தாயாகி ஒரு முழுச்சுற்று வரவேண்டுமென்றால் ஒவ்வொரு ஆணும் மீண்டும் குழந்தையாகி ஒரு முழுச்சுற்று வரவேண்டும். அந்த வட்டம் முழுமையானவுடன் அன்பு நிறைவு பெறுகிறது.

ஒரு சிறு பெண்கூடத் தாய்மையுணர்வுடன் இருப்பதை நீங்கள் கவனித்திருக்கலாம். பொம்மைகளுடன் விளையாடுகிறாள். வீடுகட்டி, சமையல் செய்வதுபோல் சொப்புப் பாத்திரங்களை வைத்துப் பாவனை செய்து விளையாடுகிறாள். அவள் ஒரு தாயின் சிறிய வடிவம்.

மேலை நாடுகளில் இந்தத் தாய்மை உணர்வைக் காணமுடியாது. அதனால்தான் அங்கு குடும்பவாழ்வில் அநேக குழப்பங்கள். இன்று குடும்பவாழ்க்கை என்பதே இல்லாமல் போய்விட்டது. குடும்ப வாழ்க்கையின் அடிப்படை என்ன? அதில் இருக்கும் ஆண் பெண்ணை முழுமையாகக் காதலிக்க வேண்டும். அந்த முழுமையில் அவன் அவள் குழந்தையாக வேண்டும். அதே போல் ஒரு பெண்ணின் காதலின் முழுமையில் அவள் தன் கணவனின் தாயாக வேண்டும்.

ஒரே ஒரு பெண்ணை ஆழமாக தீவிரமாக நெருக்கமாகக் காதலித்தால்தான் இது சாத்தியம். ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு பெண்ணைத் தேடிக்கொண்டு போனால் இது சாத்தியம் இல்லை. அந்தச் சூழ்நிலையில் எல்லா உறவுகளும் தாற்காலிகமாக ஏனோதானோவென்றுதான் இருக்கும். அங்குதான் மேலை நாட்டு ஆணும் பெண்ணும் காணாமல் போய்விடுகிறார்கள். திருமண வாழ்க்கையில் இருக்கும் குழப்பமும் முரண்பாடுகளும் மிகவும் அதிகமாகிவிட்டன. தங்களுடைய வாழ்க்கைத்துணை தங்களை ஏமாற்றுவதாக நினைக்கிறார்கள். யாரும் யாரையும் ஏமாற்றவில்லை. அன்பின் வட்டம் அங்கு முற்றுப் பெறாமலேயே போய்விடுகிறது.

நீங்கள் மீண்டும் குழந்தையாகி உங்கள் மனைவியைத் தாயாகப் பார்க்கமுடியாவிட்டால் உங்களால் உங்கள் குழந்தையை நேசிக்க முடியாது. ஒரு பெண் தன் கணவனுக்குத் தாயாகும் அளவிற்கு அவனை நேசிக்காவிட்டால் அவளால் தன் குழந்தைகளை மனமார நேசிக்க முடியாது. அதன்பின் இருவருமே இந்தத் தீமைச் சுழலில் மாட்டிக் கொள்வார்கள். நிலைமை நாளுக்கு நாள் இன்னும் மோசமாகும்.

ஆழமான ஒன்றைத் தொட்டுவிட்டீர்கள். இன்னும் ஆழமாகச் செல்லுங்கள். நல்லது.

நான் மிகவும் வருத்தமாக இருக்கிறேன். ஏனென்று தெரியவில்லை. எனக்கு ஆறு வயதாக இருக்கும்போது என் தந்தை வீட்டை விட்டுச் சென்றுவிட்டார். அது எனக்குப் பெரிய அதிர்ச்சி. அவர் நிரந்தரமாக எங்களை விட்டுப் போய்விட்டார் என்பதே பலகாலம் வரை எனக்குத் தெரியாது. ஒருவேளை என் மனதில் இருக்கும் சோகத்திற்கு அது காரணமாக இருக்குமோ?

பழைய காயங்களை ஆற்ற ஒரே வழி அவற்றை நன்றாக உணர்வதுதான். இல்லாவிட்டால் அவை எப்போதும் உங்களுக்குள்ளேயே ஒளிந்து கொண்டிருக்கும். உங்கள் வாழ்க்கையைத் தொடர்ந்து பாதித்துக் கொண்டிருக்கும். ஆனால் அது உங்களுக்குத் தெரியாது.

உதாரணமாக நீங்கள் உங்கள் தந்தையை நேசித்திருந்தால் அவர் உங்களை விட்டுச் சென்றது ஓர் ஆழமான காயத்தை ஏற்படுத்தியிருக்கும். அது இயற்கையானதுதான். ஒரு குழந்தைக்கு - அதிலும் குறிப்பாக ஒரு பெண் குழந்தைக்கு - தந்தை இல்லாதது பெரும் குறையாகவே இருக்கும். கணவன் - மனைவி விவாகரத்தாகிப் பிரியும்போது அவர்களுக்குக்கூட அவ்வளவாகத் துன்பம் இருக்காது. அவர்களுக்குள் கருத்து வேறுபாடு, சண்டை எல்லாம் இருந்திருக்கும். அதனால் இனிமேல் இருவரும் சேர்ந்து வாழ்வதில் எந்தப் பயனும் இல்லை என்பதை உணர்ந்திருக்கலாம். ஒருவரை ஒருவர் காயப்படுத்தாமல் இருக்கமுடியாது என்பதை அவர்கள் உணர்ந்திருக்கலாம். அதனால் அவர்களுக்குப் பிரிவு ஒரு வகையான நிம்மதியைத் தரும். ஆனால் யாருமே குழந்தையைப் பற்றிச் சிந்திப்பதில்லை.

குழந்தையின் ஒரு பகுதி தாயிடமிருந்து வருகிறது. மற்றொரு பகுதி தந்தையிடமிருந்து வருகிறது. ஆண் - பெண் என்ற நேரெதிர் துருவங்களின் சேர்க்கைதான் குழந்தை. குழந்தை முழுவதுமாக வளர்வதற்குமுன் அதன் தாயும் தந்தையும் பிரிந்தால் அந்தக் குழந்தையின் மனதில் பிளவு உண்டாகும். அதன் தாயும் தந்தையும் விவாகரத்து பெறும் அதே சமயத்தில் அந்தக் குழந்தையின் உள்ளத்தில் குடியிருக்கும் ஆணிற்கும் பெண்ணிற்கும் விவாகரத்து ஆகிறது. அது அந்தக் குழந்தையின் மனதில் ஒரு காயத்தை உண்டாக்குகிறது.

அந்தக் குழந்தை வளர்ந்துவிட்டால் - அதாவது அது ஒரு பெண்ணாக இருக்கும் பட்சத்தில் காதல் வயப்படும் அளவு வளர்ந்துவிட்டால், அந்தப் பெண்ணின் வாழ்க்கையில் இன்னொரு ஆண் புகுந்துவிட்டால் - பின் எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை. அந்த ஆணிற்குள் அந்தப் பெண் ஆண் - பெண் ஐக்கியத்தைப் பார்த்துவிடுகிறாள். அந்த சமயத்தில் அவளுடைய பெற்றோர் விவாகரத்து பெற்றால் அதனால் காயம் ஏற்படாது.

ஆனால் சிறுகுழந்தையின் நிலைமை பரிதாபகரமானது. அதன் காயங்கள் ஆழமாக இருக்கும். அந்தப் புரியாத வயதில் அந்தக் குழந்தை அந்தக் காயத்தைத் தனக்குள் மறைத்து

வைக்கிறது. பின் அந்தக் காயத்தை மறந்து போய்விடுகிறது. அந்த மறதியும் இயற்கையின் விதிதான். வாழ வேண்டுமென்றால் நமக்குள் இருக்கும் காயங்களை நாம் மறக்க வேண்டும். ஆனால் அந்தக் காயங்கள் இன்னும் அந்தப் பெண்ணிற்குள் இருக்கின்றன. அவை பின்னால் இருந்தபடி உங்களை ஆட்டிவைக்கின்றன.

உங்கள் தந்தை நீங்கள் சிறுவயதாக இருக்கும்போதே உங்களையும் உங்கள் தாயையும் விட்டுச் சென்றுவிட்டார். வயதானவுடன் நீங்கள் ஓர் ஆணிடம் காதல் வசப்படுகிறீர்கள். உங்களால் எந்த மனிதனையும் நம்ப முடியாது. ஏனென்றால் நீங்கள் நம்பிய முதல் ஆண் - உங்கள் தந்தை - உங்களைக் கைவிட்டு விட்டான்.

மேலோட்டமாக நீங்கள் அந்த ஆணைக் காதலிப்பதாக நினைத்துக் கொண்டிருக்கலாம். ஆனால் உங்கள் மனதின் அடியாழத்தில் ஓர் அவநம்பிக்கை இருக்கும். 'ஜாக்கிரதையாக இரு. இவன் மோசடிப் பேர்வழி. இவனிடம் ஏமாந்துவிடாதே.' என்று உங்களை அது எச்சரித்துக் கொண்டிருக்கும்.

இவையெல்லாம் உங்கள் உணர்வின்மை நிலையில் (unconscious) நடக்கும் நிகழ்வுகள். அவை இருப்பதுகூட உங்களுக்குத் தெரியாது. என்றாலும் அவை உங்களைப் பாதிக்கும். உங்களால் முழுதாக நம்பமுடியாது. முழுமையாகச் சரணடையவும் முடியாது. எப்போதும் ஒரு பயத்துடன், பாதி நகர்ந்தும் பாதி நகராத நிலையில் எப்போதும் பின்வாங்குவதற்குத் தயாராக நீங்கள் இருப்பீர்கள்.

அந்த ஆழமான காயங்களுடன் வாழ்ந்தேயாக வேண்டும். அதனால்தான் உங்கள் மனதில் இனம்புரியாத ஒரு சோகம் இருக்கிறது. அதை அடக்கி வைக்காதீர்கள். மனம் சோகமாக இருக்க விரும்பினால் சோகமாக இருங்கள். எவ்வளவு முடியுமோ அவ்வளவு சோகமாக இருங்கள்.

ஆனால் உங்கள் சோகம் எல்லாம் உணர்வு நிலையில் இருக்கட்டும். வாழ்க்கை நாடகம் நடந்து கொண்டிருக்கும்போது திரைக்குப் பின்னால் செல்லுங்கள். கற்பனையாகத்தான். அப்போதுதான்

உங்களுக்கு உண்மைகள் புரியும். அது என்னவென்று புரிந்துவிட்டால் பின் அதைச் சமாளிப்பது எளிது. உங்கள் கடந்தகாலம் கடந்தகாலம் தான். அதை மாற்ற முடியாது. ஆனால் அது உண்டாக்கிய காயங்களை நிச்சயம் குணப்படுத்தலாம்.

இனிமேல் உங்கள் தாயும் தந்தையும் சந்தித்துக்கொள்வது என்பது நடக்காத காரியம். ஆனால் உங்களுக்குள் இருக்கும் ஆணும் பெண்ணும் சந்தித்துக் கொள்ளலாம். உங்களிடையே இருக்கும் பிளவைச் சரி செய்யலாம். அது நடந்துவிட்டால் உங்களால் உங்கள் தந்தையை மன்னிக்க முடியும்.. அவர்மேல் உங்களுக்குக் கருணை ஏற்படவும் வாய்ப்பு இருக்கிறது. பாவம் அவருக்கு என்ன என்ன துன்பங்களோ, யாருக்குத் தெரியும்? இல்லாவிட்டால் அவர் காதலித்த பெண்ணையும் தன் குழந்தையையும் எதற்காக விட்டுவிட்டுப் போக வேண்டும்.

குர்ஜிஃப் என்ற பெரிய ஞானி தன் வீட்டின் வாசலில் என்ன எழுதி வைத்திருந்தார் தெரியுமா? அதை அவரிடம் வரும் சீடர்கள் அனைவரும் படித்தேயாக வேண்டும்.

“இந்த வீட்டிற்குள் நுழைய வேண்டுமென்றால் உங்கள் தாயையும் தந்தையையும் மன்னிக்கும் வல்லமை உங்களுக்கு இருக்க வேண்டும்.”

அசப்பில் இது முட்டாள்தனமாகத் தோன்றலாம். ஆனால் இது அர்த்தச் செறிவுள்ள வாக்கியம். ஒருவகையில் உங்கள் குருதேவர் உங்கள் தாயாகவும் இருக்கிறார், தந்தையாகவும் இருக்கிறார். அவர்களையே நீங்கள் மன்னிக்க முடியவில்லையென்றால் என்னை எப்படி மன்னிப்பீர்கள்? என்று கேட்கிறார் அந்த ஞானி.

ஆமாம். குருதேவர் என்பவர் தாய் - தந்தையின் கலவை. அதனால் அவர் இன்னும் முக்கியமானவர். ஆணும் பெண்ணும் சேருமிடம் ஆச்சார்யர். யின் மற்றும் யாங் (yin and yang) குருதேவரிடம் இணைகின்றன.

ஒரு குருதேவரிடம் சீடனாக முடிந்தால்தான் உங்கள் தாய் - தந்தையை நிங்கள் புரிந்து கொள்ள முடியும். அப்போதுதான் அன்பான ஓர் உறவிற்கு உங்களால் திரும்ப முடியும்.

உங்கள் மனதில் இருக்கும் முடிச்சு அவிழும். குழப்பங்கள் விலகும். அவை எல்லாம் தானாகவே நடக்கும்.

நான் குழுவிலிருந்து விலகிவிட்டேன். இன்னும் சில நாட்களில் வீடு திரும்பப் போகிறேன்.

இல்லை, நீங்கள் தப்பியோடப் பார்க்கிறீர்கள். நீங்கள் ஒரு கோழை. ஒரு கோழை எல்லாவற்றுக்கும் ஒரு சாக்கு ஒரு சமாதானம் வைத்திருப்பான்.

உங்களுக்குள் இருக்கும் பல அடுக்குகளில் ஒன்றைத் தொடுகின்றபோது நீங்கள் தப்பியோடுகிறீர்கள். உங்கள் சாமர்த்தியம் உங்களுக்கு ஒருநாளும் உதவாது. அது உங்கள் பகைவன். உங்களுக்குள் இருக்கும் ஒரு காயத்தை நெருங்கிவரும் சமயத்தில் உங்களைப் பற்றி ஒரு முக்கியமான கண்டுபிடிப்பு நிகழும் சமயத்தில் நீங்கள் தப்பியோடுகிறீர்கள்.

அடுத்த முறை இங்கு வந்தால் தயாராக வாருங்கள். அடுத்த முறை இதே போன்ற ஒரு குழுவில் சேர்ந்து செயலாற்ற வேண்டும். அடுத்தமுறை இதைப் பாதியில் விடாமல் முழுமையாகச் செய்ய வேண்டும். இது உங்கள் வளர்ச்சிக்கு உதவும்.

நீங்கள் ஏறக்குறையக் குருடாகிவிட்டீர்கள். என்ன நடக்கிறது என்பதை உங்களால் பார்க்கமுடியவில்லை. இப்படித் திடீரென்று விலகுவதால் என்ன லாபம்? வீட்டிற்குப் போய் என்ன செய்யப் போகிறீர்கள்? குழுவில் இருப்பதால் கொஞ்சம் மனவலி ஏற்படலாம். ஆனால் அவர்கள் உங்களைக் கொன்றுவிடவில்லையே! வளர வேண்டும் என்று நினைத்தால் வலியிலிருந்து தப்ப முடியாது. உங்களுக்கு மட்டும் வலி இல்லை; குழுவில் இருக்கும் அனைவருமே வலியை அனுபவிக்கிறார்கள்.

அதனால்தான் நான் குழுக்களில் சேருவதை வலியுறுத்துகிறேன். மக்கள் கோழைகளாகிவிட்டார்கள். அவர்களால் தனியாக வளர முடியாது. கடந்த காலத்தில் மக்கள் அதீதத் துணிச்சலுடன் இருந் தார்கள். அவர்கள் தனியாகவே தியானம் செய்தார்கள். தனியாகவே வளர்ந்தார்கள். குழுக்கள் தேவைப்படவில்லை. ஆனால் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மக்கள் கோழைகளாகிவிட்டார்கள். அதனால்தான் குழுக்களை ஆரம்பிக்க வேண்டியதாகிவிட்டது.

நீங்கள் இப்படிச் செய்வீர்கள் என்று நான் நினைக்கவில்லை. இதன்மூலம் பல உன்னத அனுபவங்களை நீங்கள் பெறலாம். நீங்கள் இன்னும் சிறிது துணிவுடன் இருந்தால் இதனை முடித்துவிட்டு வெளியேறலாம். அது என்ன அவ்வளவு கஷ்டமா? நீங்கள் உண்மையிலேயே மிகவும் பயந்து போயிருக்கிறீர்கள்.

எனக்குப் பயமில்லை. இந்தக் குழுவில் இருக்க வேண்டாம் என்று என் மனம் சொல்லிவிட்டது. ஒரு நாள் காலையில் எழுந்து பார்த்தேன். இனிமேல் இந்த குழுவிற்குச் செல்லாதே என்று என் மனம் சொல்லிவிட்டது.

மனம் சொல்வதைக் காதில் போட்டுக் கொள்ளாதீர்கள். உங்கள் வாழ்க்கை முழுவதும் உங்கள் மனம் சொன்னதைக் கேட்டுத்தான் நடந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். மனம் உங்களை எங்கே கொண்டு போய் விட்டிருக்கிறது என்பதைப் பாருங்கள். அது உங்களுக்கு என்ன தந்திருக்கிறது என்பதைப் பாருங்கள்.

மனம் என்று நீங்கள் சொல்வது அழுகிப் போன ஓர் உறுப்பு. அதற்கும் உங்களுக்கும் எந்த சம்பந்தமும் இல்லை. மனம் என்பது ஒரு கூட்டம். பலகாலமாக ஓர் இடத்தில் சேர்த்து வைக்கப்பட்ட குப்பைக்கூளங்கள்தான் மனம். அது சொல்வதைக் கேட்பதில் என்ன பயன்?

'இன்னும் ஏழு நாட்களுக்கு நீ சொல்வதைக் கேட்கமாட்டேன் என்று உங்கள் மனதிடம் சொல்லுங்கள். சொன்னபடியே செய்யுங்கள். குழுவில் பங்கு கொள்ளுங்கள். முயற்சி செய்யுங்கள். சரியா? அது ஒரு நல்ல அனுபவமாக இருக்கும். நீங்களே உங்களைப் பார்த்துப் பெருமைப்படுவீர்கள்.

மனம் என்ற அடிமைத்தளையிலிருந்து உங்களை நீங்கள் விடுவித்துக் கொள்வீர்கள். சுதந்திரம் என்றால் என்னவென்பதை முதல் முறையாக உணர்வீர்கள். மனம் உங்கள் அடிமை. உங்கள் எஜமானன் இல்லை.

இந்தக் குழுவில் பங்குகொள்ள வேண்டாம் என்று சொல்ல உங்கள் மனம் யார்? நீங்கள் செய்ய விரும்பினால் செய்யுங்கள். உங்களுக்கு உதவி செய்யும் கடமை மனதிற்கு இருக்கிறது.

உங்களுக்கு இதில் விருப்பமில்லையென்றால் செய்யாதீர்கள். அப்போதும் உங்களுக்கு உதவும் கடமை உங்கள் மனதிற்கு இருக்கிறது.

உங்களுக்கு இந்தக் குழு பிடிக்கவில்லையென்றால் என்னிடம் நேரடியாகச் சொல்லுங்கள். வெட்டியாக மனதை உள்ளே இழுக்காதீர்கள்.

நான் என்றால் என்ன? என் மனம் என்றால் என்ன? எனக்கு வித்தியாசம் தெரியவில்லை.

உங்களுக்குத் தெரியும். ஏன் இந்தக் குழுவில் சேர்ந்தீர்கள்? நீங்கள் விரும்பினீர்கள். பாதிவழியில் உங்கள் மனதிற்குப் பயம் வந்துவிட்டது. நடக்கும் விஷயங்கள் தனக்கு ஆபத்தாக முடியும் என்று மனதிற்குத் தோன்றிவிட்டது.

இங்கே ஒரு சந்நியாசி இருக்கிறார். அவருடைய மனம் இயக்க நிலை தியானம் செய்யாதே என்று ஒவ்வொரு நாள் காலையிலும் சொல்கிறது. ஆனால் அவர் தன் மனதையும் மீறி அந்தத் தியானத்தைச் செய்கிறார். அவருக்கு அது ஓர் அழகான அனுபவம். ஏனென்றால் இப்போது அவருக்குத் தன் மனதைத் தள்ளி வைத்துத் தன் இஷ்டம் போல் செய்யும் வல்லமை வந்துவிட்டது.

பயப்படும் உங்கள் மனதை நீங்களும் ஒதுக்கி வைக்கலாம். உங்கள் சக்தியை நீங்கள் திரும்பப் பெறலாம். முயற்சி செய்யுங்கள். போதும்

நான் எதைச் செய்தாலும் கடுமையாக உழைத்து முயற்சி செய்து என்னை நானே வருத்திக் கொண்டுதான் செய்வேன். என்றாலும் எனக்கும் என் மனதிற்கும் என்ன வித்தியாசம் என்று இன்னும் எனக்குத் தெரியவில்லை.

இதைச் சொல்வது யார்? நீங்களா? உங்கள் மனமா? கண்ணை மூடிக் கொள்ளுங்கள். எனக்கு நேர்மையான பதில் தேவை.

என்னால் வித்தியாசத்தை உணர முடியவில்லை.

(ஓஷோ சிரிக்கிறார்) சொல்வது உங்கள் மனம்தான். முயற்சி உங்களிடமிருந்து வந்தது. அந்த முயற்சியைத் தடுக்கும் சோம்பேறித்தனம் மனதிலிருந்து வந்தது.

எனவே நாளைக் காலை மீண்டும் ஒருமுறை பார்த்துவிட்டுப் பிறகு தீர்மானம் செய்யுங்கள். அது உங்கள் மனமென்றால் அதை ஒதுக்கி வைத்துவிட்டுக் குழுவிற்குச் சென்று உங்கள் பயிற்சியைத் தொடருங்கள். ஆனால் அப்படிச் சொல்வது நீங்கள் என்றால் குழுவை மறந்துவிடுங்கள். அதில் ஒரு தெளிவைக் கொண்டுவருவது உங்கள் பொறுப்பு.

இன்னொரு உத்தியைச் சொல்லித் தருகிறேன். குழு வேண்டாம் என்று சொல்வது நீங்கள் என்றால் விலகிச் செல்வது உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியாக இருக்கும். குழு வேண்டாம் என்று சொல்வது உங்கள் மனம் என்றால் விலகிச் செல்வது உங்களுக்கு வருத்தமாக இருக்கும். உங்களைப் பார்த்தால் வருத்தமடைந்தவராகத் தெரிகிறது. அதனால்தான் தடைக்கல் உங்கள் மனதில்தான் இருக்கிறது என்று வலியுறுத்திச் சொன்னேன்.

நீங்கள் உண்மையிலேயே இந்தக் குழுவிலிருந்து விலக விரும்பினால் மிகவும் மகிழ்ச்சியாக இருப்பீர்கள். ஏனென்றால் உங்கள் இருப்புநிலையைப் பின்தொடர்வது எப்போதுமே ஒரு மகிழ்ச்சியான அனுபவம்.

தடுப்பது நீங்களா உங்கள் மனமா என்பதைத் தெளிவுபடுத்த வேண்டும். உங்கள் வருங்கால வளர்ச்சியே இதைச் சார்ந்துதான் இருக்கிறது. உங்கள் மனம் சொல்வதைக் கேட்க ஆரம்பித்தால் உங்கள் வளர்ச்சி நின்றுவிடும்.

எது என்ன என்பதை அறிய முயற்சி செய்யுங்கள். நல்லது.

○

பதினைந்தாம் நாள்

இருண்ட இரவிற்குப் பின் விடியல் உண்டு

நீங்கள் என்னைப் பல மாதங்கள் பிரம்மச்சரிய விரதம் இருக்கச் சொன்னீர்கள். இப்போது என்னுள் பாலுணர்வு மிதமிஞ்சியிருக்கிறது. என்ன செய்வது என்று எனக்குப் புரியவில்லை.

ஒன்று செய்யுங்கள். பாலுணர்வு அதிகமாகும்போது தரையிலோ அல்லது நாற்காலியிலோ நேராக அமருங்கள். உங்கள் முதுகெலும்பு நேராக இருக்கட்டும். ஆனால் இறுக்கமாக இல்லாமல் தளர்வாக இருங்கள்.

மெதுவாக அதேசமயம் ஆழமாக மூச்சை உள்ளே இழுங்கள். அவசரப்படாதீர்கள். மெதுவாக சுவாசத்தை உள்ளிழுங்கள். முதலில் உங்கள் வயிறு காற்றால் நிரம்பும். பின் உங்கள் நெஞ்சு. பின் கழுத்துவரை காற்று இருக்கும். அதன்பின் ஒன்றிரண்டு கணங்களுக்கு மூச்சை உள்ளேயே வைத்திருங்கள். உங்களால் எவ்வளவு நேரம் முடிகிறதோ அவ்வளவு நேரம் மூச்சை உள்ளேயே வைத்திருங்கள். ஆனால் உங்களை வருத்திக் கொள்ளாதீர்கள். பின் மெதுவாக மூச்சை வெளியே விடுங்கள். முதலில் கழுத்தில் உள்ள காற்று வெளியே போகட்டும். பின் நெஞ்சு. கடைசியாக வயிறு. வயிற்றில் உள்ள காற்று வெளியேறும்போது வயிற்றை உள்ளே எக்கிக் கொள்ளுங்கள். இருக்கின்ற காற்று மிச்சம் மீதியில்லாமல் வெளியே போய்விடும்.

இதை ஏழுமுறை செய்ய வேண்டும். அதன்பின் அமைதியாக அமர்ந்து ஓம் ஓம் என்று சொல்ல வேண்டும். அப்படிச் சொல்லும் போது உங்கள் முனைப்பு இரண்டு புருவங்களுக்கும் இடையே உள்ள இடத்தில் இருக்க வேண்டும். மூச்சுவிடுவதைக் கவனிக்காமல் ஓம் ஓம் என்பதை ஒரு தாய் தாலாட்டுப் பாடுவதுபோல்

தொடர்ந்து சொல்ல வேண்டும். உங்கள் வாய் மூடியிருக்க வேண்டும். நாக்கு மேலண்ணத்தைத் தொட்டுக் கொண்டிருக்க வேண்டும். உங்கள் மொத்த முனைப்பும் நெற்றிக்கண் இருக்க வேண்டிய இடத்தில் - இரண்டு புருவங்களுக்கும் இடையில் உள்ள இடத்தில் - இருக்க வேண்டும்.

இரண்டு மூன்று நிமிடம் இதைச் செய்தால் உங்கள் தலை நெகிழ்வு நிலைக்கு வரும். அப்போது உங்களிடம் உள்ள இறுக்கத்தை விட்டுவிடுவீர்கள். பிறகு அந்த முனைப்பைத் தொண்டைக்குக் கொண்டு வாருங்கள். ஓம் என்று விடாமல் சொல்லிக்கொண்டிருங்கள். ஆனால் இந்த முறை முனைப்பு தொண்டையில் இருக்க வேண்டும். உங்கள் தோள்கள் தொண்டை முகம் எல்லாமே நெகிழ்வு நிலைக்கு வரும். அங்கிருக்கும் இறுக்கம் ஏதோ பாரம் இறங்குவதைப் போல் இறங்கிவிடும். நீங்கள் கனமின்றி லேசாக இருப்பீர்கள்.

அதன்பின் இன்னும் கீழே இறங்கி முனைப்பை உங்கள் தொப்புளுக்குக் கொண்டு வாருங்கள். ஓம் ஓம் என்று சொல்லிய வண்ணம் இருங்கள். அதன்பின் இன்னும் கீழே இறங்குங்கள். அதன்பின் பாலுணர்வு தோன்றும் இடத்தை அடைவீர்கள். பத்து. பதினைந்து நிமிடம் ஆகலாம். செய்வதை மெதுவாக செய்யுங்கள். அவசரம் உதவாது.

உங்கள் பிறப்புறுப்பை அடைந்தவுடன் உங்கள் மொத்த உடலும் தளர்வு நிலைக்கு வந்துவிடும். ஒருவிதமான ஒளி உங்களைச் சூழ்ந்து கொண்டிருப்பதை உணர்வீர்கள். உங்களிடம் சக்தி நிறைந்து இருக்கும். ஆனால் அது பெரிய நீர்த்தேக்கத்தில் இருக்கும் நீரைப்போல் சலனமில்லாமல் இருக்கும். அதே நிலையில் எவ்வளவு நேரம் வேண்டுமானாலும் அமர்ந்திருக்கலாம். உங்கள் தியானம் முடிந்துவிட்டது. அதனால் கிடைத்த அமைதியை நீங்கள் அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். ஓம் சொல்வதை நிறுத்திவிட்டு அமைதியாக அமர்ந்திருங்கள். படுக்க வேண்டும் என்று தோன்றினால் படுத்துக் கொள்ளுங்கள். ஆனால் உங்கள் நிலையை மாற்றினால் அந்த அமைதி போய்விடும். அதனால் சிறிது நேரம் அப்படியே அசையாமல் அமர்ந்திருங்கள். அமைதியை அனுபவியுங்கள்.

விஞ்ஞானிகள் சிலாகித்துச் சொல்லும் முதன்மை அலைகளை (alpha waves) இந்தத் தியானம் உங்கள் மனதில் உருவாக்கும். அந்த அலைகளுக்கு ஒரு காலக் கட்டுக்கோப்பு இருக்கிறது. ஒரு நொடிக்குப் பத்து அலைகள் என்ற கணக்கில் இருக்கும் என்று சொல்கிறார்கள். பூமியின் மின்காந்த களத்தின் அலைவரிசையும் அதுதான். நீங்களும் அதே அலைவரிசையில் இருந்தால் நீங்கள் பூமியின் மின்காந்த களத்தின் பகுதியாகிவிடுவீர்கள். அந்த நிலைதான் உண்மையான நெகிழ்வு நிலை.

சிலசமயம் இது முயற்சியின்றி நடக்கும். உடலுறவு கொள்ளும் போதும் தியானத்தின் போதும் இது நிகழலாம். சில சமயம் பாடும்போதும் நடனம் ஆடும்போதும்கூட அந்த நிலை வரலாம். சில சமயம் எந்தக் காரணமும் இல்லாமல் அந்த நிலை வரலாம். ஆனால் எப்போது உங்கள் மனதின் அலைவரிசையும் பூமியின் மின் காந்த களத்தின் அலைவரிசையும் ஒத்துப் போகிறதோ நீங்கள் மிகவும் மகிழ்ச்சியாக இருப்பீர்கள். உயிர் வாழ்வதே ஒரு வரப்பிரசாதம் என்று நினைப்பீர்கள்.

அந்த நிலையை உடலுறவு கொள்ளும்போதும் அடையலாம். நல்ல இயற்கைக்காட்சிகளைப் பார்க்கும்போதும் அடையலாம். இசையைக் கேட்கும்போதும் அடையலாம். விண்மீன்களைப் பார்க்கும்போதும் அடையலாம். அதை நாம் எப்படி அடைகிறோம் என்பது முக்கியமல்ல.. உங்கள் உடல் இறுக்கமாகிவிட்டால் இந்தத் தியானத்தைச் செய்யுங்கள் நெகிழ்வுத்தன்மை உடனே கிடைக்கும்.

நமது அலைவரிசையும் பூமியின் அலைவரிசையும் மாறும்போது மன இறுக்கம் உண்டாகிறது. ஒரு குழந்தை பாலுணர்வு மிகுதியால் கவலைப்படுவதில்லை. ஏனென்றால் குழந்தையின் அலைவரிசையும் பூமியின் அலைவரிசையும் ஒன்றாகவே இருக்கும். ஆனால் குழந்தை வளரும்போது அந்த இயற்கை நிலையிலிருந்து விலகி வெளியே செல்கிறது. இந்த சமூகத்தின் ஒரு பகுதியாக அந்தக் குழந்தை மாறியபின் அதற்குக் கவலையும் இறுக்கமும் தோன்றுகிறது. இறுக்கமும் வேதனையும் அதிகமாகும்போது பாலுணர்வு அதிகமாகிறது.

அதனால்தான் மேலை நாடுகளில் பாலுணர்வு அதிகமாக இருக்கிறது. அங்கே பலதரப்பட்ட இறுக்கங்கள் இருக்கின்றன.

அவற்றுக்குச் சரியான வடிகால் வேண்டும். அதற்கு உடலுறவை விட்டால் வேறு வடிகால் இருப்பதாக அவர்களுக்குத் தெரியவில்லை. ஆனால் ஆயிரத்தியோரு வடிகால்கள் இருக்கின்றன.

நான் சொன்ன தியானத்தை முயற்சி செய்து பாருங்கள்.

நான் குதிக்க வேண்டும் என்று விரும்புகிறேன். என்றாலும் இன்னும் குதிக்கவில்லை. நீங்கள் செய்யச் சொன்னதைச் செய்ய விரும்புகிறேன். என்றாலும் என்னில் ஒரு பகுதி அதை எதிர்க்கிறது. நான் குழப்பத்தில் இருக்கிறேன்.

(ஓஷோ சிரிக்கிறார்) எனக்குத் தெரியும். இது இயற்கையானதுதான். யாராலும் முழுமையாகச் சரணடைய முடியாது. முழுமையாகச் சரணடைய முடிந்தால் அந்தக் கணத்தில் ஞானத்தைப் பெற்றுவிடலாம். அதற்குப் பின் செய்யவேண்டியது எதுவும் இல்லை.

ஆரம்பத்திலேயே முழுமையான சரணாகதி செய்ய முடியாது. அது சுலபம் இல்லை. சரணாகதி முழுமையாக இல்லாவிட்டாலும் பரவாயில்லை. பாதி சரணாகதிகூடப் போதும். அது செய்ய முடிந்தாலே நாம் சந்தோஷப்பட வேண்டும்.

"பிரச்சினையை உருவாக்காதீர்கள்" என்று நான் ஏன் சொல்கிறேன்? 'உங்களில் ஒரு பகுதி சரணடைந்துவிட்டது. மற்றொரு பகுதி சரணடையவில்லை. அதனால் உங்களுக்குள் முரண்பாடுகள் தோன்றும்' என்பதால்தான் அப்படிச் சொல்கிறேன். இந்த முரண்பாடுகள் இயற்கையானவைதான். ஏனென்றால் இப்போது உங்களுக்குள் இரண்டு பிரிவுகள் இருக்கின்றன. சரணடைந்த பகுதிக்கு சரணாகதியின் அழகு என்னவென்று தெரியும். அது மற்ற பகுதியையும் சரணடையுமாறு வற்புறுத்தும். ஆனால் அந்தப் பகுதிக்குச் சரணாகதி என்றால் என்னவென்றே தெரியாது. ஆகையால் அது பயப்படும். இதனால்தான் முரண்பாடுகள் தோன்றுகின்றன.

சரணடையாத பகுதியை நினைத்துக் கவலைப்படாதீர்கள். உங்களில் ஒரு சிறுபகுதி சரணடைந்துவிட்டாலும் அதற்காக சந்தோஷப்படுங்கள். நன்றியுடன் இருங்கள். அதுகூட லட்சக்கணக்கானவர்களுக்கு நடப்பதில்லை. அவர்கள் பாவம் மொத்த வாழ்க்கையையும் வீணாக்கிவிடுகிறார்கள். அன்பு

சரணாகதி என்றால் என்னவென்று தெரியாமலேயே வாழ்ந்து முடித்துவிடுகிறார்கள்.

உங்கள் நன்றியுணர்வின் மூலமாக மற்ற பகுதிகளும் சரணடைந்த பகுதியைத் தொடரும். சரணடைந்த பகுதியை நீங்கள் கவனித்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும். அதுதான் உங்கள் மையமாக இருக்க வேண்டும். சரணடையாத மற்ற பகுதிகள் வெளிச்சுற்றிலேயே இருக்கட்டும். அவற்றை நீங்கள் கண்டுகொள்ள வேண்டாம்.

இரண்டாவது, நீங்கள் தியானத்தில் ஈடுபடும்போது பல விஷயங்கள் நடக்கலாம். 'எனக்கு ஏதோ நடந்துவிட்டது' என்று உங்களுக்கு ஓர் எண்ணம் வரும். அந்த எண்ணத்தில் தவறில்லை. அது இயல்பானதுதான். ஆனால் அந்த எண்ணத்தை உங்கள் அகந்தைக்கு உணவாக்கும் போதுதான் பிரச்சினை வருகிறது. அப்படிச் செய்யாதீர்கள். அந்த எண்ணம் ஒரு சாதாரண உண்மையாக இருக்கட்டும். எனக்கு ஏதோ நடந்துவிட்டது என்ற அந்த எண்ணத்தில் பற்று வைக்காதீர்கள். நீங்கள் அதை யாரிடமும் நிரூபிக்க வேண்டாம். அதை மதிப்பீடு செய்யவோ எடை போடவோ வேண்டாம்.

'மற்றவர்களை விட நான் புனிதமானவன்' என்ற எண்ணம் வரும்போதுதான் பிரச்சினை தொடங்குகிறது. புனிதமாக இருப்பது நல்லதுதான். ஆனால் புனிதத்தன்மையில் ஒப்பீடு வருவது நல்லதல்ல. என்ன நான் சொல்வது புரிகிறதா?

நீங்கள் குளிக்கும்போது ஒரு குளிர்ச்சியும் ஒரு புத்துணர்வும் கிடைக்கும். அதில் தவறில்லை. நீங்கள் குளித்தபின் ஓர் அழுக்கான பிச்சைக்காரனைப் பார்க்கிறீர்கள். அப்போது உங்கள் மனதில் வெறுப்பு தோன்றுகிறது. அந்தப் பிச்சைக்காரனும் மனிதன் என்பதை மறந்துவிடுகிறீர்கள். அவனிடம் இருக்கும் அழுக்கைப் பார்த்து அவனிடம் கருணை வருவதற்குப் பதிலாக 'நான் அவனைவிடத் தூய்மையாக இருக்கிறேன்' என்ற எண்ணத்தால் அவன்மேல் வெறுப்பு வருகிறது. அது தவறு. அது அகந்தையின் வெளிப்பாடு. அசிங்கமானது.

அந்த அழுக்கு மனிதனையும் குளிக்க வைக்க முடிந்தால் நல்லது. அவனுக்கு அது பிடித்திருந்தால் அவனைக் குளிக்க

வைப்பது சிறந்த உதவி: உங்களைவிடத் தாழ்ந்தவர்களிடம் கருணை வர வேண்டும். வெறுப்பு வரக்கூடாது. கருணை வந்தாலும் வெறுப்பு வந்தாலும் நீங்கள் அவனைவிடப் புனிதமானவர் என்ற நினைப்பு இருக்கும் தவறில்லை. ஆனால் வெறுப்பின் வழியில் உங்களுக்குப் பிரச்சினை தோன்றும். விரைவிலேயே அந்தத் தூய்மையும் புனிதத்தன்மையும் போய்விடும். உங்கள் அகந்தைதான் மிஞ்சும். கருணையின் வழியில் உங்கள் புனிதத்தன்மையும் தூய்மையும் நாளுக்கு நாள் வளர்ந்து கொண்டே போகும். ஆகமொத்தம் உங்களிடம் உள்ள ஒரே அழுக்கு உங்கள் அகந்தைதான்.

இதன்மூலம் எந்தப் பிரச்சினையையும் வளர்த்துக் கொள்ளாதீர்கள். இயல்பாக வருவதை நன்றாக அனுபவியுங்கள்.

அன்று ஒரு நாள் இரவு நான் மிகவும் பயந்துவிட்டேன். என் அறையில் நான் படுத்துக் கொண்டிருந்தேன். என்ன காரணம் என்று தெரியவில்லை. நான் என் உடல் மட்டும் அல்ல என்று உணர்ந்தேன். அந்த அறையும் அறையில் உள்ள பொருள்களும் மிகவும் வலுவாக இருப்பதாகத் தோன்றியது. ஆனால் அதில் ஓர் இதமான வெப்பம் இல்லை. வாட்டி எடுக்கும் குளிர்தான் இருந்தது.

(ஓஷோ சிரிக்கிறார்) அது ஒரு ஹோட்டல் அறையா?

ஆமாம்.

(ஓஷோ சிரிக்கிறார்) அப்போது குளிராகத்தான் இருக்க வேண்டும்.

உங்களிடமிருந்து விலகி ஓடுவதாக உணர்ந்தேன். என்னை நானே மூடிக்கொண்டதாக உணர்ந்தேன்.

இது முயற்சியின்றிக் கிடைத்த தியான நிலை. அது திடீரென்று ஏற்பட்டதால்தான் இந்த அச்சம்.

இன்று இரவு அந்த நிலை கிடைக்க நீங்களாக முயற்சி செய்யுங்கள். அதே அறையில் படுத்துக் கொள்ளுங்கள். நான் என் உடல் இல்லை. என் உடலிலிருந்து வேறுபட்டவன் என்று

நினைத்துக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் உங்கள் உடல் இல்லை என்ற நினைப்பு ஆழமாக வந்துவிட்டால் சுற்றியிருக்கும் எல்லாமே வலுப்பெற்றதுபோல் தோன்றும். உடலோடு ஐக்கியப்படுத்திக் கொள்வதால்தான் அந்த இதமான வெப்பம் தோன்றுகிறது.

இப்போது திடீரென்று நீங்கள் ஒரு விநோதமான பிரதேசத்தில் இருக்கிறீர்கள். அங்கு பொருள்கள் மட்டுமே இருக்கின்றன. உங்கள் உடல் பிணம்போல் கிடக்கிறது. அதுதான் உங்கள் பயத்திற்குக் காரணம். இன்று இரவு மீண்டும் முயற்சி செய்து பாருங்கள். பயப்படாமல் இன்னும் ஆழமாகச் செல்லுங்கள்.

பயம் ஏற்பட்டால் இந்தப் பதக்கத்தைக் கையில் வைத்துக் கொண்டு என்னை நினைத்துக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் உடல் இல்லை என்ற உணர்வு தொடரட்டும். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அடுத்த கட்டத்திற்குச் செல்லுங்கள். நீங்கள் மனமும் இல்லை என்பதை உணருங்கள். எண்ணங்கள் இருக்கின்றன. ஆனால் நீங்கள் அந்த எண்ணங்கள் இல்லை. நீங்கள் ஒரு சாட்சியாக உடலையும் மனதையும் பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். இதை ஆழமாக உணருங்கள்.

ஆரம்பத்தில் இது மரணத்தைப் போல் இருக்கும். ஆனால் விரைவிலேயே உங்களுக்குள் ஒரு புது உயிர்ப்பு தோன்றுவதை உணர்வீர்கள். பயம் மறைந்து ஒரு கனமற்ற தன்மை தோன்றும். உங்களுக்கு ஒரு புது சுதந்திரம் கிடைத்ததுபோல் உணர்வீர்கள். உங்களுக்கு இறக்கை முளைத்தாற்போல் தோன்றும். காற்றில் பறக்கும் வல்லமை கிடைத்தது போல் தோன்றும். மொத்த உலகமும் உங்களுக்குச் சொந்தம் என்ற உணர்வு வரும். ஆனால் அதற்கு முன்னால் பயம் தோன்றும். அது மிகவும் கடுமையாக இருக்கும். அதைக் கடந்துதான் அடுத்த நிலைக்குப் போக வேண்டும்.

ஏழு இரவுகள் இதைத் தொடர்ந்து செய்யுங்கள். எவ்வளவு பயப்படமுடியுமோ பயப்படுங்கள். ஆனால் இதிலிருந்து தப்பியோட முயற்சி செய்யாதீர்கள். இன்னும் ஆழமாக உள்ளே செல்லுங்கள். மூழ்குதல் மூச்சுத்திணறுதல் இறத்தல் போன்ற அனுபவங்கள்கூட ஏற்படும். கையில் பதக்கத்தை வைத்துக்கொண்டு அதனை ஏற்றுக்

கொள்ளுங்கள். பல பயங்களைக் கடந்தபிறகுதான் உங்களை நீங்களே உணரமுடியும். இருண்ட இரவிற்குப் பின் விடியல் உண்டு.

நல்லது. நான் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறேன். குறிப்பாக இரவு எந்த நேரத்தில் செய்யப் போகிறீர்கள் என்று சொல்லுங்கள். நான் உங்களைக் கவனித்துக் கொண்டிருப்பேன்.

இரவு பத்து மணி.

சரி. இரவு பத்து மணி. நான் அங்கே இருப்பதை உணர்ந்தால் பயப்படாதீர்கள். சரியா?

o

பதினாறாம் நாள்

இயல்பாய் இருப்பதே பேரழகு

உங்கள் சக்தி அழகாக நகர்ந்து கொண்டிருக்கிறது. தர்மானந்தா - இதுதான் உங்களுடைய புதுப் பெயர். தர்மம் என்பது இந்த உலக வாழ்க்கையைத் தாங்கிக் கொண்டிருக்கும் அடிப்படை விதி. அதைத்தான் சீனர்கள் தாவோ என்கிறார்கள். ஆனந்தம் என்பது பேருவகை. ஆகையால் தர்மானந்தம் என்பது நீங்கள் அந்த தர்மத்தின்படி வாழும்போது கிடைக்கும் பேருவகையைக் குறிக்கும். அந்த அடிப்படை விதியுடன் உங்கள் வாழ்க்கை இசைந்திருந்தால் உங்கள் உள்ளத்தில் பிரம்மானந்தம் இருக்கும்.

அந்த விதியிலிருந்து நீங்கள் விலகிச் செல்வதுதான் உங்கள் சோகத்திற்கு மூல காரணம். தர்மத்தை விட்டு இன்னும் அதிகமாகத் தள்ளிப் போகப் போக உங்கள் வேதனை இன்னும் அதிகமாகும். நரகம் என்பது அந்த விதியிலிருந்து அதிகபட்ச தூரத்தில் இருக்கும் ஓர் இடம். அந்த அடிப்படை விதிக்கு மிக அருகில் இருக்கும் இடம்தான் சொர்க்கம். அந்த விதியுடன் ஒன்றாக இணைதல் என்பது சொர்க்கம் - நரகம் இவற்றுக்கும் அப்பால் செல்லுதல். அதைத்தான் இந்தியாவில் மோக்ஷம் என்கிறார்கள். மோக்ஷம் என்பது முழுமையான சுதந்திரத்தைக் குறிக்கும் ஓர் அற்புதமான வடமொழிச் சொல்.

தர்மம் என்னும் விதிக்குள் நீங்கள் விழும்போது கடல் நீருக்குள் விழுந்த மீனைப் போல் பரவசநிலையை அடைவீர்கள். தர்மானந்தா - இந்த அர்த்தத்தை நினைவில் கொள்ளுங்கள். இனிமேல் அதுதான் உங்கள் பயிற்சியாகவும் பாதையாகவும் இருக்கப் போகிறது.

இயல்பா: க இருங்கள். தன்னிச்சையுடன் செயல்படுங்கள். ஒவ்வொரு கணத்தையும் முழுமையாக வாழுங்கள். சரியா?

ஓஷோவிடம் சந்நியாசம் வாங்கிக் கொண்ட ஒருவரின் மனைவி வந்திருக்கிறாள். "தியானம் செய்து பார்த்தீர்களா?" என்று ஓஷோ அவளிடம் கேட்டதற்கு அவள் சொன்ன பதில்.

தியானத்தில் இருந்தேன். அது எனக்குப் பிடித்திருக்கிறது.

நாம் மிகக் குறைந்த பட்சமாக வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறோம். இதை வாழ்க்கை என்றே சொல்ல முடியாது என்னுமளவிற்கு வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறோம். நம் வாழ்க்கை பேருவகையின் சிகரத்தைத் தொட வாய்ப்பு இருக்கிறது. ஆனந்தத்தின் உச்சங்களுக்கு நம்மைக் கொண்டுபோகும் வல்லமை நம் வாழ்க்கைக்கு இருக்கிறது.

யூதர்களின் புனித நூலான தால்மட் என்ற புத்தகத்தில் ஓர் இடம் வருகிறது. உங்கள் வாழ்க்கையின் முடிவில் கடவுள் உங்களைச் சந்திக்கும்போது 'நீ என்ன தப்பு செய்தாய்?' என்று கேட்கமாட்டாராம். 'பேருவகை அடைவதற்கான எத்தனை வாய்ப்புகளைக் கோட்டை விட்டாய்?' என்றுதான் கேட்பாராம். பேருவகை பெறும் வாய்ப்பை நழுவ விடுவதுதான் உண்மையான பாவம். உங்கள் மனதில் பேருவகை தோன்றி அதனால் இயல்பான நன்றியுணர்வு பொங்கிவழியவில்லையென்றால் நீங்கள் என்றும் மெய்ப்பொருளை உணர முடியாது.

உங்கள் மனம் பேருவகையால் நிரம்பி இருக்கும்போது...

உங்களுடைய ஒவ்வொரு கணமும் கொண்டாட்டமாக இருக்கும்போது...

கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உங்கள் மனதில் நன்றியுணர்வு சுரக்கத் தொடங்கும். குறிப்பாக இன்னாரிடம் என்று இல்லாமல் எல்லாரிடமும் எல்லாப் பொருள்களிடமும் நன்றியோடு இருப்பீர்கள். அதுதான் சத்தியமான உண்மை. உங்கள் மனதில் வழிபாட்டுணர்வு இல்லையென்றால் அப்படி ஒரு நிலை இருப்பதை உங்களால் நம்பக்கூட முடியாது.

வழிபாடு செய்வதன்மூலம் இறைவனை அடையலாம் என்று மக்கள் நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். வழிபாடு செய்தால் கடவுளைப் புரிந்து கொள்ள முடியும் என்று நினைக்கிறார்கள். ஆனால் அது நடக்காத காரியம்.

மனதில் வழிபாட்டுணர்வு வர வேண்டும். உங்கள் வாழ்க்கை அழகாகவும் மகிழ்ச்சியாகவும் இல்லையென்றால் அந்த உணர்வு உங்களிடம் தோன்றாது. உங்களுடைய ஒவ்வொரு சுவாசத்திலும் நன்றியறிதல் இல்லையென்றால் உங்கள் மனதில் வழிபாட்டுணர்வு தோன்றாது. கடவுள் என்ற சொல்லைக்கூட நீங்கள் பயன்படுத்தாமல் இருக்கலாம். முழங்காலிட்டுத் தொழுவது எப்படி என்று உங்களுக்குத் தெரியாமல் இருக்கலாம். அது இல்லை கேள்வி. ஒவ்வொரு சுவாசத்திலும் ஓர் ஆழமான நன்றியுணர்வு தோன்ற வேண்டும். நீங்கள் உயிருடன் இருப்பதற்கே நன்றி சொல்ல வேண்டும். அப்போதுதான் வழிபாட்டுணர்வு தொடங்குகிறது. வழிபாட்டுணர்வு என்பது நீங்கள் செய்யும் வழிபாடு அல்ல. அது ஓர் உணர்வு. ஓர் இருப்பு நிலை. அது வந்தால்தான் உங்களால் முழுமையை உணர முடியும். அது இல்லையென்றால் உங்கள் வாழ்க்கை வீணே.

நீங்கள் வளர வாய்ப்பு இருக்கிறது. அது எனக்கு நன்றாகத் தெரிகிறது. உங்கள் இதயத்தில் அன்பு, வெகுளித்தனம், எளிமை எல்லாமே இருக்கிறது. நீங்கள் இப்போதே இதற்குள் தாவினால் உங்களுக்குள் ஒரு மலர்ச்சி ஏற்படும். சந்நியாசம் வாங்கிக் கொள்ளுங்கள்.

எனக்கு காவியுடை அணியப் பிடிக்கவில்லை. அதனால் தான் சந்நியாசம் வாங்கத் தயக்கமாக இருக்கிறது.

உங்கள் கணவர் ஒரு சந்நியாசி. நீங்களும் சந்நியாசம் வாங்கிக் கொண்டால் இருவருக்கும் உதவியாக இருக்கும். கணவன் மனைவி இருவரில் ஒருவர் மட்டும் சந்நியாசம் பெற்றுக் கொண்டால் அதனால் தம்பதியினரிடையே சிறு பேதம் வர வாய்ப்பிருக்கிறது. இது ஆரம்பத்தில் தெரியாது. ஆனால் இருவரில் ஒருவர் வேறுபாதையில் நடக்க ஆரம்பித்துவிட்டால் பின்னால் பிரச்சினைகள் வரக்கூடும். கணவன் மனைவி இருவரும் சந்நியாசம் பெற்றுக் கொள்வது நல்லது என்பது என் கருத்து.

நான் வழங்கும் சந்நியாசம் வாழ்க்கையிலிருந்து தப்பி ஓடுவது அல்ல. வாழ்க்கையை இன்னும் தீவிரமாக வாழ்வதற்கான பயிற்சி. இன்னும் அதிகக் காதலுடன் வாழ்வது என்பதைக் கற்றுக்

கொடுப்பதுதான் என் வழி. கணவனும் மனைவியும் சேர்ந்தே சந்நியாசம் வாங்கிக்கொண்டால் வளர்ச்சி வேகமாக இருக்கும். அவர்களுக்கிடையே இருக்கும் நெருக்கம் இன்னும் அதிகமாகும்.

ஒருவர் போகும் அதே திசையில் போனால் ஒழிய அவருடன் நெருக்கமாக இருப்பது கடினம். நீங்கள் ஒருவரைக் காதலிக்கலாம். ஆனால் இருவரும் வெவ்வேறு பரிமாணங்களில் வளர்ந்தால் உங்கள் சந்திப்பு எப்போதாவதுதான் நிகழலாம். உங்கள் உறவு ஆழமில்லாமல் வெளிச்சுற்றிலேயேதான் இருக்கும். சிறிது நேரம் ஒன்றாக இருப்பீர்கள். அதன்பின் அவரவர் வழியில் சென்றுவிடுவீர்கள்.

ஒரு கணவன் மனைவியிடையே இசைவு அதிகமாக இருந்தால் இருவரும் ஒரே திசையில் வளர்ந்தால் அவர்களிடையே இருக்கும் காதல் தெய்விகமாகிவிடும். அதில் காமம் குறைந்து கொண்டே போகும். அந்தக் காதலில் ஒரு தூய்மை இருக்கும். அந்தக் காதலின் நறுமணம் நிரந்தரமாக இருக்கும். அவர்கள் இறந்தாலும் அந்தக் காதல் இறக்காது.

ஆனால் இந்த சந்நியாசத்தை முழுமையாக ஏற்றுக் கொள்ளும் மனப்பக்குவம் வரும்வரை பொறுத்திருங்கள்.

காவி உடை என்பது சந்நியாசத்தின் ஒரு பகுதி. அதன் பங்கு மகத்தானது. அது வெறும் ஆடை மாற்றம் மட்டும் அல்ல. ஆளையே மாற்றிவிடும்.

ஒருவர் அணியும் ஆடை என்பது அவர் வாழ்க்கை நடைமுறையைக் காட்டுகிறது. உங்கள் உடை உங்களை அடையாளம் காட்டுகிறது. நீங்கள்தான் உங்கள் உடை.

உங்கள் உடை உங்கள் தெரிவைக் காட்டுகிறது. உங்கள் மனதை அதில் உள்ள எண்ணங்களைப் பிரதிபலிக்கிறது. நீங்கள் உங்கள் ஆடைகளைத் தெரிவு செய்தது ஒரு விபத்து அல்ல.

எந்த மனிதன் இறுக்கமில்லாமல் எளிமையாக வாழ்கிறானோ அவன் தளர்வான உடலைக் கவ்விப் பிடிக்காத ஆடைகளையே தெரிவு செய்வான். எப்போதும் மன அழுத்தத்தில் இருப்பவன் அனைவரோடும் சண்டை போட்டுக் கொண்டும் வாதம் புரிந்து

கொண்டும் இருப்பவன் இறுக்கமான ஆடைகளையே விரும்புவான். சண்டை போட வேண்டியிருந்தால் தளர்வான ஆடைகள் உங்களுக்கு இடையூறாக இருக்கும். நீங்கள் நெகிழ்வாக இருக்க விரும்பினால் இறுக்கமான ஆடைகள் உங்களுக்கு இடைஞ்சலாக இருக்கும். தளர்வான ஆடைகள் அணிந்த மனிதன் நடப்பதைப் பாருங்கள். அந்த நடையில் ஒரு பாந்தம் இருக்கும். ஒரு மென்மை இருக்கும். இறுக்கமான ஆடைகளை அணிந்து கொண்டிருப்பவன் தன்னைத் தானே முந்த வேண்டும் என்ற எண்ணத்துடன் நடப்பது போல் நடப்பான்.

பழைய அரண்மனைகளில் அரசர்கள் செல்வதற்கென்று தனியாகப் படிகள் இருக்கும். சேவகர்கள் செல்லத் தனியாகப் படிகள் இருக்கும். சேவகர்களுக்கான படிகள் குறுகலாக இருக்கும். அரசர்கள் செல்லும் படிகள் பெரிதாக இருக்கும். தளர்வான ஆடைகள் அணியும் அரசர்கள் மெதுவாகத்தானே போகமுடியும்.

நீங்கள் செய்யும் ஒவ்வொரு தெரிவிலும் நீங்கள் பரிமளிப்பீர்கள். உங்கள் உடை உட்காரும் நாற்காலி, உங்கள் அறை உங்கள் தலை முடி - எல்லாவற்றிலும் நீங்கள் பொதிந்து இருப்பீர்கள். அதனால்தான் சந்நியாசம் வாங்குபவர்களின் பெயர்களையும ஆடைகளையும் மாற்றுகிறேன். இதன்மூலம் உங்கள் வாழ்க்கையை மாற்ற முயற்சி செய்கிறேன். உங்கள் கடந்த காலத்துக்கும் நிகழ்காலத்துக்கும் இடையில் உள்ள தொடர்பை நுட்பமாக அறுக்க விரும்புகிறேன். அப்போதுதான் நீங்கள் புதிதாக உங்கள் வாழ்க்கையைத் தொடங்க முடியும்.

உங்கள் கணவரை நேசித்தால் காவி உடையையும் நேசிப்பீர்கள்.

தீவிர ஞானம் பெறுதல் குழுவினர் வந்திருக்கிறார்கள். முதலில் ஓஷோ ஒரு மாஜி கத்தோலிக்கப் பாதிரியாரிடம் பேசுகிறார். அவர் இப்போது ஒரு சந்நியாசி.

நீங்களும் குழுவில் இருந்தீர்களா? இங்கே வாருங்கள். ஏதாவது சொல்ல விரும்புகிறீர்களா?

முதல்நாள் கொஞ்சம் கஷ்டப்பட்டேன். எனது இடது கண் திடீரென்று சிவந்துவிட்டது. ஆனால் அதன்பின் என்

அனுபவம் நன்றாக இருந்தது. என் மனத்தோடு ஐக்கியப்படுத்திக் கொள்ளுதலைக் குறைத்துக் கொள்ள முடிந்தது. நான் உள்ளே புதைத்து வைத்திருந்த கோபம் வெளியேறியது. சில நேரங்களில் நான் பெரிதாக அலறினேன். என் அடிவயிற்றில் இருந்த பதற்றமும் பரபரப்பும் கொஞ்சம் குறைந்தது போல் தோன்றியது.

கோப உணர்வு வெளியேறும்போது கண்கள் சிவக்கும். நீங்கள் கோபப்படும்போதுகூடக் கண்கள் சிவக்கிறதே! உங்களுக்கு ஒரே ஒரு கண் மட்டும்தான் சிவந்திருக்கிறது. மனதின் ஒரு பகுதியில் மட்டும்தான் கோபம் இருந்திருக்கிறது. வலது மூளையில் கோபம் இருந்தால் இடது கண் சிவக்கும். இது நல்ல அறிகுறி. கோபம் வெளியேற்றப்பட்டுவிட்டது என்பதற்கான அடையாளம் இது.

கோபம் வெளியேறினால் கூடவே பதற்றமும் வெளியேறிவிடும். பதற்றம் என்பது சமூக நிர்ப்பந்தத்தால் வருவது. இந்தச் சமுதாயம் உங்களைக் கோபப்பட விடுவதில்லை. அதுவே பதற்றமாக வருகிறது.

உங்களுக்குக் கோபம் பொங்கிவரும்போது இந்தச் சமூகம் உங்களைக் கோபப்பட அனுமதிப்பதில்லை. உங்கள் மனதில் அன்பு பொங்கி வழியும்போது அதற்குத் தடை போடுகிறது. நடனம் ஆட, அழ, சிரிக்க - எதற்குமே உங்களுக்கு அனுமதியில்லை. அதனால்தான் உங்களுக்குள் பதற்றம் உண்டாகிறது.

பதற்றம் மனிதனின் இயற்கை. எந்த மிருகமும் பதற்றப்பட்டு நான் பார்த்ததில்லை. உதாரணமாக உங்களுக்குப் பயமாக இருக்கிறது.. ஒரு சூழ்நிலையிலிருந்து தப்பி ஓட வேண்டும் என்று நினைக்கிறீர்கள் என்று வைத்துக் கொள்வோம். உங்களால் அப்படிச் செய்ய முடியாது. தப்பியோடினால் உங்களைக் கோழை என்று சொல்லிவிடுவார்களோ என்ற பயம் வந்துவிடும். அதனால் தப்பியோடாமல் சண்டை போடுவீர்கள்.

ஆனால் விலங்குகள் அப்படிச் செய்வதில்லை. முதலில் அவை சண்டை போடுவதுபோல் பாசாங்கு செய்கின்றன. அதிலே யாருக்குப் பலம் அதிகம் என்று தெரிந்துவிடும். அது தெரிந்தவுடன்

பலம் குறைந்த விலங்கு ஓடிவிடும். எதற்காக வெட்டியாகச் சண்டை போட்டுக் காயப்படுவானேன் என்று அவை நினைக்கின்றன. மனிதர்களைவிட புத்திசாலித்தனமாகச் செயல்படுகின்றன.

எதிரே நிற்கும் நாய் தன்னைவிட பலம் வாய்ந்தது என்று தெரிந்துவிட்டால் வாலைச் சுருட்டிக் கொண்டு ஓடிவிடும். ஓடிப்போன நாயை யாரும் கோழை என்று சொல்லமாட்டார்கள். அது உண்மையில் ஒரு புத்திசாலி நாய்.

உங்களுக்குள் எழும் பயத்தை உங்களால் ஏற்றுக் கொள்ள முடியவில்லை. அதைத் தொடர்ந்து மறுத்துக் கொண்டேயிருக்கிறீர்கள். அதுதான் உங்கள் பதற்றத்திற்குக் காரணம். இயற்கையாக எழும் உணர்வைத் தடுக்க முனைந்தால் பதற்றம் வரத்தான் செய்யும்.

இயல்பானவற்றை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். இயல்பாக இருக்கப் பாருங்கள். ஒரு விலங்கைப் போல் இருக்கப் பாருங்கள்.

பழைய மதங்கள் எல்லாம் மனிதனின் மனதைக் கெடுத்துவிட்டன. வானுலகத்து தேவதையைப் போல் இருங்கள் என்று அவை போதிக்கின்றன. மனித இயல்பு கொண்ட ஒருவன் தேவதையாக இருக்கத் தலைப்படும்போது அவன் விலங்கிற்கும் கீழானவனாக மாறுகிறான். விலங்குகளைப் போல் இயல்பாக இருக்கப் பார்த்தால் ஒரு நாள் நீங்கள் தன்னிச்சையாக தேவதையாகிவிட்டதை உணர்வீர்கள்.

உங்கள் மதத்தின் காரணமாகத்தான் பதற்றம் வருகிறது. இதைப் புரிந்து கொண்டால் பதற்றம் போய்விடும்.

சூவாங் ட்சு என்ற சீன ஞானி சொல்கிறார்: எது சுலபமோ அதுவே சரி. இது முக்காலும் உண்மை. எது கஷ்டமோ அது தப்பு. எது சுலபமோ அதுவே சரி. அதனால் ஒரு குழந்தையைப் போல் வாழுங்கள். ஒரு விலங்கைப் போல் இயல்பாக இருங்கள். மனிதனிடம் இல்லாத ஓர் அசாதாரணமான அழகு விலங்குகளிடம் இருக்கிறது. விலங்கிலிருந்து மனிதனாகப் பரிணாம வளர்ச்சி பெற்றபோது அந்த அழகைத் தொலைத்துவிட்டோம். அதற்குப் பதிலாக பதற்றத்தையும் மனச்சிதைவு போன்ற சில மன வியாதிகளையும்தான் பெற்றுள்ளோம்.

இயல்புக்குப் புறம்பான லட்சியங்களைக் கைவிடுங்கள். உங்களை நீங்கள் உள்ளபடியே ஏற்றுக் கொள்ள முடிந்தால் பதற்றம் மறைந்துவிடும். அதுதான் நான் அனைவருக்கும் சொல்ல விரும்பும் பாடம். உங்களை அடுத்தவரைவிட மேலானவராக நினைக்காதீர்கள். உயர்ந்த இயல்புக்கும் தாழ்ந்த இயல்புக்கும் சண்டை நடந்தால் உயர்ந்த இயல்பு சொல்வதைக் கேட்காதீர்கள். அது அகந்தையின் வடிவம். தாழ்ந்த இயல்பு சொல்வதைக் கேளுங்கள்.

உங்களுக்குக் கிடைத்த அனுபவம் நல்லது. ஆனால் நீங்கள் இன்னும் அதிக தூரம் செல்ல வேண்டும்.

அடுத்ததாக நான் எதிர்கொள்ளல் குழுவில் இடம் பெறப் போகிறேன்.

அந்தக் குழுவில் இருக்கும்போது எதற்கும் வெட்கப்படாதீர்கள். உங்கள் நிர்வாண நிலையை நீங்கள் வெளிப்படுத்த வேண்டும். உங்களிடம் மறைக்க எதுவும் இல்லாத போது உங்கள் பதற்றம் மறைந்துவிடும். அதுதான் உண்மையின் சூட்சுமம். நீங்கள் பொய் சொன்னால் பதற்றம் இருக்கும். உண்மை சொன்னால் பதற்றம் இருக்காது. உண்மை சொன்னால் அதை ஞாபகம் வைத்துக் கொள்ள வேண்டாம். ஆனால் பொய் சொன்னால் அதை நன்றாக ஞாபகம் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஒரு பொய் ஆயிரத்தியோரு பொய்களுக்கு வழி வகுக்கும்.

வெளிப்படையாகச் செயல்படக் கஷ்டமாக இருக்கிறது. அதாவது, இங்கே என்னால் அப்படிச் செய்ய முடிகிறது. நான் வேலை பார்க்கும் இடத்தில் அது கடினமாக இருக்கிறது.

அப்படி இருக்காது. வெளிப்படையாக இருப்பது சுலபம் என்று தெரிந்துவிட்டால் இங்கே அங்கே என்ற வேறுபாடு தோன்றாது. வெளிப்படையாக வாழ்ந்து பழகிவிட்டால் அத்தகைய வாழ்க்கையை ருசிபார்த்துவிட்டால் பின் அது சுலபமாகிவிடும். அதில் மகத்தான லாபம் இருக்கிறது.

இப்போது வெளிப்படையாக இருப்பது என்றால் என்னவென்று உங்களுக்குத் தெரியாது. இயல்பாக இருப்பது எவ்வளவு அழகானது எவ்வளவு மகிழ்ச்சிகரமானது என்று தெரிந்துவிட்டால் அதற்காக எதையும் செய்யத் தயாராக இருப்பீர்கள். அப்படி ஒரு வாழ்க்கைக்காக உங்கள் கௌரவம் உங்கள் அதிகாரம் உங்கள் பணம் எதையும் இழக்கத் தயாராக இருப்பீர்கள்.

நீங்கள் இதுவரை கூழாங்கற்களை வைத்துக் கொண்டிருந்தீர்கள். நான் உங்களிடம் வைரங்களைக் காட்டுகிறேன். நீங்கள் என்ன செய்வீர்கள்? 'ஐயா எனக்குக் கூழாங்கற்களைக் கீழே போடக் கஷ்டமாக இருக்கிறது. அதனால் வைரங்கள் வேண்டாம்' என்று சொல்வீர்களா? உடனே கூழாங்கற்களைக் கீழே போட்டுவிடுவீர்கள். இதுவரை அந்தக் கற்களைத்தான் வைரங்கள் என்று நம்பிக் கொண்டிருந்தீர்கள். ஏனென்றால் உங்களுக்கு நிஜ வைரங்கள் எப்படி இருக்கும் என்று தெரியாது. கூழாங்கற்களை ஒப்பிட்டுப் பார்க்க இதுவரை வைரங்கள் இல்லை. வைரங்களைப் பற்றித் தெரிந்துவிட்டால் வைரங்களைப் பார்த்துவிட்டால் பின் கூழாங்கற்கள் எதற்காக?

இது இந்தியாவில் வழங்கிவரும் கதை. ஓர் அமைச்சர் திடீரென்று தியானத்தின்மேல் ஈடுபாடு கொண்டவராய்த் தன் பதவியைத் துறந்து காட்டிற்குச் சென்றுவிட்டார். அரசனுக்கு ஆச்சரியம் தாங்கவில்லை. அவ்வளவு பெரிய பதவியை விட்டுவிட்டுப் போனவர் எப்படி இருக்கிறார் என்று பார்க்கக் காட்டிற்குப் போனான்.

அமைச்சர் ஒரு மரத்தடியில் பத்மாசனத்தில் அமர்ந்திருந்தார். அரசனைப் பார்த்ததும் அவர் எழுந்திருக்கவில்லை.

அரசன் சொன்னான்: "நீங்கள் ஆன்மிகவாதியாகியிருப்பீர்கள் என்று நினைத்தேன். இப்படி அடிப்படை நாகரிகத்தைக் கூட மறந்துவிட்டீர்களே? அரசன் வந்தால் எழுந்து நிற்க வேண்டும் என்ற மரியாதைகூடத் தெரியவில்லையே?"

அமைச்சர் பலமாகச் சிரித்தார்:

"யார் கவலைப்பட்டார்கள்? முன்பு நான் அதிகார வெறியில் இருந்தேன். என் பதவி அதிகாரத்தைத் தக்கவைத்துக் கொள்வதற்காக

உங்களுக்கு மரியாதை செய்தேன். இப்போது நான் என் அகந்தையின் பிடியிலிருந்து விடுபட்டுவிட்டேன். இப்போது நீங்கள் என்னை என்ன சொன்னாலும் சரி - மரியாதை தெரியாதவன், தெரிந்தவன், நாகரிகம் இல்லாதவன், காட்டான் - அதைப் பற்றிக் கவலையில்லை. நான் அந்த விளையாட்டிலிருந்து முற்றிலுமாக வெளியே வந்துவிட்டேன்."

அவர் உண்மையிலேயே ஞானம் பெற்றுவிட்டார் என்று அரசனுக்குத் தோன்றியது.

அந்த அமைச்சர் தான் வகித்த பதவி வாழ்ந்த சுகமான வாழ்க்கை ஆகியவற்றைவிட மதிப்பு மிக்க ஒன்றைக் கண்டுபிடித்திருக்க வேண்டும். அதனால்தான் அவரால் அகந்தையின் பிடியிலிருந்து விடுபட முடிந்தது. அதிக மதிப்புள்ளதைக் கண்டுபிடித்துவிட்டால் மதிப்பு குறைந்தது தன்னால் கீழே விழுந்துவிடும். பேருவகையான வாழ்க்கையைக் கண்டுபிடித்துவிட்டால் வேதனை நிறைந்த வாழ்க்கையைத் தன்னைப் போல் விட்டுவிடுவீர்கள். எனவே உங்கள் வேதனை போகவில்லையென்றால் நீங்கள் இன்னும் பேருவகையைக் கண்டுபிடிக்கவில்லை என்று அர்த்தம்.

அதனால் உங்கள் தொழிலை நீங்கள் இப்போது இருக்கும் உங்கள் உலகத்தை மறந்துவிடுங்கள். என்னுடன் முழுமையாக இருங்கள். அப்போதுதான் இயற்கையானது என்றால் என்ன என்று உங்களால் உணர முடியம் . தன்னிச்சையாகச் செயல்படுவதன் பொருளை அறிய முடியும். அதன்பின் உங்கள் உலகத்திற்குத் திரும்புங்கள். நீங்கள் பெற்றதை யாராலும் அழிக்க முடியாது. நீங்கள் மற்றவற்றைத் தூர எறிந்துவிடலாம். ஆனால் இங்கு பெற்ற ஞானத்தை நினைத்தாலும் வெளியே எறிய முடியாது.

எனக்குள் இருக்கும் சக்தி எப்போதும் எதிர்மறையாகவே இருக்கிறது. நேர்மறையான சக்தி அவ்வளவு வலிமையாக இல்லை. இங்கே என் அகந்தை பலமாக இருக்கிறது. (தன் தலையைச் சுட்டிக் காட்டுகிறார்).

இல்லை, உங்கள் அகந்தை போதிய பலம் கொண்டதாக இல்லை. நீங்கள் அனுபவித்த வேதனை போதாது. இன்னும் அதிகமாகத் துன்பப்பட வேண்டும்.

நீங்கள் கற்க வேண்டிய பாடம் என்ன தெரியுமா? ஏதாவது ஒன்றினால் நமக்கு துன்பம் உண்டானால் அதனைத் தொடர்ந்து வைத்துக் கொண்டிருக்க மாட்டோம். ஆனால் நீங்கள் இன்னும் உங்கள் அகந்தையால் வரும் துன்பத்தை சந்தோஷமாக அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்.

'அது எதிர்மறையானது. அசிங்கமானது. என் சக்தி போய்விட்டது.' என்று இன்னும் நீங்கள் சொல்லிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். ஆனால் மனதின் அடியாழத்தில் அதை சந்தோஷமாக அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்களை யார் வற்புறுத்துகிறார்கள்? யாருமே இல்லையே!

உங்களுக்கு வேதனையாக இருந்தால் வெளியே வந்துவிடுங்கள். அந்தப் பழக்கம் வேரூன்றிவிட்டது என்று மட்டும் சொல்லாதீர்கள். விடமுடியாத பழக்கம் என்று ஒன்றும் இல்லை. உங்கள் வீடு தீப்பற்றி எரிந்தால் நீங்கள் உடனே வெளியே ஓடிவிடுவீர்கள் இல்லையா?'நான் இந்த வீட்டில் முப்பது வருடமாக வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறேன். பழகிய வீட்டை விட்டு என்னால் வெளியே வர முடியாது.:' என்று சொல்வீர்களா? அப்படிச் சொன்னால் வீடு தீப்பற்றி எரிவதே உங்களுக்குத் தெரியாது என்று பொருள். வீடு எரிகிறது என்று யாரோ சொல்லி நீங்கள் கேட்டிருக்கலாம். ஆனால் நீங்கள் பார்க்கவில்லை. அவர் சொல்வதை நம்பும் அளவிற்கு நீங்கள் உங்களுக்கே உண்மையானவராக இல்லை.

நெருப்பை நீங்கள் கண்ணால் பார்க்காதவரை வீட்டை விட்டு வெளியே வர முயற்சி செய்யாதீர்கள். அதில் ஒன்றும் தவறில்லை. சந்தோஷமாக அனுபவியுங்கள். எதிர்மறையான செயல்களில் சந்தோஷமாக ஈடுபடுங்கள். உண்மையிலேயே நரகத்தில் இருக்கும்போது நீங்களாகவே அதிலிருந்து வெளியே குதித்து விடுவீர்கள். என்னுடைய அறிவுரை. - நரகத்தில் இன்னும் ஆழமாகச் செல்லுங்கள். மகிழ்ச்சியாகச் செல்லுங்கள். அதைத் தன்னுணர்வோடு செய்யுங்கள். ஏதோ தப்பு செய்வதாக நினைக்காதீர்கள். அந்த நினைப்புதான் உங்களுக்குள் பிரிவுகளை உண்டாக்கும். அதில் என்ன தவறு? நன்றாக அனுபவியுங்கள்.

அடுத்தவரைப் புண்படுத்துவது?

தப்புதான். ஆனால் உங்களுக்கு அடுத்தவரைப் புண்படுத்துவது பிடித்திருக்கிறதே! அதனால் அதைத் தொடர்ந்து செய்யுங்கள். உங்களால் புண்படுத்தப்பட்டவர்கள் பழிவாங்க வேண்டும் என்று நினைத்தால் அது அவர்கள் பாடு. நீங்கள் செய்வதை அனுபவித்துச் செய்யுங்கள். அப்படித்தான் செய்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். நான் வேண்டும் வேண்டாம் என்று சொல்வது இரண்டாம் பட்சம். ஒரு செயலை சந்தோஷமாக அனுபவித்துச் செய்யாவிட்டால் அதைத் தொடர்ந்து செய்யமுடியாது. பழக்கம் அது இது எல்லாம் வெறும் ஹம்பக்.

இது உங்கள் மனதின் விளையாட்டு. அடுத்தவரைப் புண்படுத்துவது உங்களுக்குப் பிடித்திருக்கிறது. அதே சமயம் நீங்கள் உங்களை நல்லவர் புத்திசாலி என்று காட்டிக் கொள்ள விரும்புகிறீர்கள். இதெல்லாம் எதிர்மறையானவை தவறானவை என்று உங்களுக்குத் தெரியும் என்று ஊராருக்குச் சொல்ல விரும்புகிறீர்கள். அதனால் என்ன பயன்? உங்களால் அடுத்தவரைப் புண்படுத்தும் பழக்கத்தை விட முடியவில்லையே!

நீங்கள் செய்வது உங்களுக்குப் பிடித்திருக்கிறது. அதனை அனுபவித்துச் செய்கிறீர்கள் என்றும் எனக்குத் தெரிகிறது. நான் எதையும் எதிர்ப்பதில்லை. அதனால் செய்வதைத் தொடர்ந்து செய்யுங்கள்.

என்னிடம் துணிச்சல் இல்லை. அதுதான் என் பிரச்சினை.

அதைத்தான் நானும் சொல்கிறேன். உங்கள் அகந்தை போதிய பலத்துடன் இல்லை. உங்களுக்கும் துணிச்சல் இல்லை. ஐயோ அடுத்தவரைப் புண்படுத்துகிறோமே, இது தப்பாயிற்றே என்று நீங்கள் நினைக்கவில்லை. நீங்கள் ஒரு கோழை. நீங்கள் அடுத்தவர்களைப் பற்றிக் கவலைப்படவில்லை. அவர்கள் உங்களைப் பதிலுக்குப் புண்படுத்துவார்களோ என்பதுதான் உங்கள் கவலை. செய்வதையெல்லாம் செய்துவிட்டு 'யாரையும் புண்படுத்தக்கூடாது' என்ற தத்துவப் போர்வையில் ஒளிந்து கொள்ளப் பார்க்கிறீர்கள்.

அடுத்தவரைப் புண்படுத்த வேண்டும். ஆனால் நீங்கள் புண்படக்கூடாது அதுதான் உங்கள் வாழ்க்கைத் தத்துவம். அதுதான் உங்கள் விளையாட்டின் அடிப்படை விதி. அதை உள்ளபடியே உணரக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். நான் பார்க்கக் கடுமையானவனாகத் தோன்றலாம். நீங்கள் உங்களைச் சரியாகப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும் என்ற ஆதங்கத்தில்தான் கொஞ்சம் கடுமையாகவே பேசுகிறேன். அப்போதுதான் நீங்கள் இந்த நிலையை விட்டு விலகி வெளியே போக முடியும்.

இந்த உலகத்தில் நீங்கள் ஒருவர் மட்டும் இப்படி இல்லை. எதிர்மறையான எண்ணம் கொண்டவர்கள் கோடிக்கணக்கில் இருக்கிறார்கள். நீங்கள் புண்படுத்தவில்லையென்றால் வேறு யாராவது அந்த வேலையைச் செய்யப் போகிறார்கள். இன்னொன்றையும் நீங்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். நான் மற்றவர்களால் புண்பட மாட்டேன் என்று உறுதியாக இருப்பவர்களை யாராலும் புண்படுத்த முடியாது.

சிலர் புண்படுத்த வேண்டும் என்று விரும்புகிறார்கள். சிலர் புண்பட வேண்டும் என்று விரும்புகிறார்கள். அதனால் அதைப் பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள். உங்களை உள்ளபடியே ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

ஒரு நாள் இதைவிட்டு வெளியே வருவீர்கள் என்று எனக்குத் தெரியும். ஆனால் அது நிச்சயம் உங்கள் முயற்சியால் இருக்காது. உங்களைச் சுற்றி வாழவே முடியாத ஒரு நரகத்தை உருவாக்கியபின் ஒரு நாள் நரக வேதனை பொறுக்காமல் நீங்களாக வெளியில் குதிப்பீர்கள். அதன்பின் அந்த நரகத்தின் வாசனையே உங்களிடம் இருக்காது. இதிலிருந்து தப்பிக்க அது ஒன்றுதான் வழி.

யார் கண்டது? இறைவன் உங்கள்மூலம் மற்றவர்களைப் புண்படுத்த விரும்புகிறானோ என்னவோ? எதிர்மறையான விஷயங் களைச் செய்வதற்காகவே உங்களைத் தேர்ந்தெடுத்திருக்கிறானோ என்னவோ? பாவம், உங்களால் என்ன செய்ய முடியும்? (குழுவினர் சிரிக்கிறார்கள்)

உங்களை மாற்ற நீங்கள் எடுக்கும் எல்லா முயற்சியும் உங்கள் அகந்தையின் வெளிப்பாடாகத்தான் இருக்கும். அதனால் அந்த

முட்டாள்தனத்தை மூட்டை கட்டிவைத்துவிட்டு நீங்கள் இருக்கும் நிலையை அனுபவிக்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். ஒருநாள் திடீரென்று உங்களுக்கு இந்த முட்டாள்தனத்தின் தன்மை புரியும். நீங்கள் செய்வது முட்டாள்தனம் என்று சொல்லவில்லை. அதன் தன்மை உங்களுக்கு ஒரு நாள் புரியும் என்றுதான் சொல்கிறேன். என் புரிதலை நான் உங்களுக்குத் தர முடியாது.

அதனால் நீங்களே உங்களைப் புரிந்து கொள்ள முயல வேண்டும். உங்கள் நிலையின் தீவிரத்தை அனுபவித்து உணர்வதுதான் அதற்கு ஒரே வழி.

ஒவ்வொரு குழந்தையும் தன் குழந்தைப் பருவத்தில் தன் சினத்தைக் காட்ட அனுமதிக்கப்பட்டால் விரைவில் இந்த உலகத்தில் கோபமே இல்லாமல் போய்விடும். சினத்தினால் வரும் தீமைகளை அந்தக் குழந்தையே உணர்ந்து கொண்டு சினத்தை ஒதுக்கிவிடும். அந்தக் குழந்தையின் சினம் அதையே எரிக்கத் தொடங்கும்போது குழந்தை தானாகவே கோபத்தை விட்டுவிடும். யாருமே துன்பப்பட விரும்புவதில்லை. அதனால் சினம் என்னும் முட்டாள்தனத்தைக் குழந்தை விட்டுவிடும்.

ஆனால் குழந்தையிடம் கோபப்படக் கூடாது என்று மீண்டும் மீண்டும் அறிவுறுத்துகிறோம். அதனால் கோபம் வரும்போது. குழந்தை அதனை முழுவதுமாக வெளிப்படுத்துவதில்லை. அதனால் அது கோபத்தின் தன்மையை முழுவதுமாகப் புரிந்து கொள்வதில்லை. அதனால் கோபத்தை அதனால் விடமுடிவதில்லை.

அதனால் உங்கள் போக்கு தீவிரமாக இருக்கட்டும். அதன்பின் ஒரு கட்டத்தில் எல்லாமே ஆவியாகப் போய்விடும்.. முயற்சி செய்து பாருங்கள். உங்கள் குணத்திற்கு எதிராக எதையும் செய்யாதீர்கள். எதிர்மறையான ஆசாமியாகவே இருங்கள். (கேள்வி கேட்டவர் புன்னகை பூக்கத் தொடங்குகிறார்.)

அந்தக் குழுவில் வேறு யார் இருந்தார்கள்? இங்கே வாருங்கள்.

என் பயம் மிகவும் வலுவாக இருப்பதால் என்னால் சரணடைய முடியவில்லை. என்ன நடந்தது என்று சொல்கிறேன்.

நானும் என் காதலனும் விளையாடிக் கொண்டிருந்தோம். அவனை நான் என் உடலால் தாக்கினேன். மனதால் அல்ல. அவன் பதிலுக்கு என்னை இன்னும் மூர்க்கத்தனமாகத் தாக்குவானோ என்ற பயம் வந்துவிட்டது. அவன் கோபப் படுவானோ என்று அஞ்சினேன். திடீரென்று கீழே விழுந்து அழ ஆரம்பித்தேன். என்னிடம் அதீதப் பயம் இருக்கிறது. அதனால்தான் என்னால் சரணடைய முடியவில்லை.

உங்கள் காதலன் என்ன செய்தான்?

நான் ஏன் அழுகிறேன் என்று அவனுக்குப் புரியவில்லை.

அவனிடம் எதையும் ஒளிக்காமல் சொல்லுங்கள். எனக்குச் சரணடைய வேண்டும் என்று விருப்பம் இருக்கிறது. ஆனால் செய்யமுடியவில்லை என்றும் சொல்லுங்கள்.

அவனிடம் நீங்கள் வெளிப்படையாகப் பேசுவது உங்களுக்கு உதவியாக இருக்கும். எதையும் உங்களுக்குள் மறைத்து வைக்காதீர்கள். நீங்கள் ஒருவனைக் காதலித்தால் அவனிடம் எதையும் மறைக்கக் கூடாது. காதலர்களிடையே ரகசியங்களுக்கு இடமில்லை. இந்த அளவு நீங்கள் மறைத்து வைத்ததே தவறு. உங்கள் காயங்களைத் தனியாகச் சுமக்காதீர்கள். அவன் உங்களை நிஜமாகக் காதலித்தால் உங்கள் வலியைப் புரிந்து கொள்வான்.

சரணடைவது சுலபம் இல்லை. ஏனென்றால் உங்கள் அகந்தையை நீங்கள் முற்றிலுமாக விட வேண்டும். சரணாகதியில்லாமல் எதுவும் நடக்காது. காதல், வழிபாட்டுணர்வு, தியானம் - அனைத்திற்கும் முதல்படி சரணாகதிதான்.

மக்களால் இன்று சரணடைய முடியவில்லை. அதனால்தான் உலகில் இவ்வளவு வேதனை இருக்கிறது. வாழ்வில் முக்கியமானதைத் தவறவிட்டுவிட்டார்கள். அதனால்தான் சக்கரவர்த்திகளாக வாழ வேண்டியவர்கள் இன்று பிச்சைக்காரர்களாக வாழ்ந்து வருகிறார்கள்..

அதற்காக சரணடைய வேண்டுமே என்று அதிகமாக முயற்சி செய்யாதீர்கள். அதிக முயற்சியே பல சமயங்களில் ஆபத்தாகப் போய்விடும். ஒன்றை நீங்கள் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் உங்கள் மனத்திட்பத்தின்மூலம் சரணடைய

முடியாது. மனத்திட்பத்தை முற்றிலுமாகத் துறப்பதே சரணாகதியின் தாத்பரியம். மனத்திட்பம் சரணாகதிக்கு நேரெதிரானது.

தூக்கம் வரவேண்டும் என்று நீங்கள் அதிகமாக முயற்சித்தால் என்ன ஆகும்? வரும் கொஞ்ச நஞ்சத் தூக்கமும் வராமல் போய்விடும். அதிக முயற்சியில் வரும் தூக்கம் நிம்மதியான தூக்கமாக இருக்காது. தூங்கவேண்டும் என்ற உங்கள் சிந்தனையே உங்களைத் தூங்கவிடாமல் செய்துவிடும். தூக்கம் தானாக வர வேண்டும். அதை வற்புறுத்தக் கூடாது. அதுபோல்தான் சரணாகதியும்.

உங்கள் காதலனுடன் இதைப் பற்றிப் பேசுங்கள். பின் இருவரும் சேர்ந்து ஒருவரை ஒருவர் அணைத்தவாறு படுத்திருங்கள். எந்த முயற்சியும் எடுக்க வேண்டாம். சரணாகதி தன்னால் நடக்கும். அதை என்னிடம் விட்டுவிடுங்கள்.

பயிற்சியின் முதல் நாள் என் மனதில் எதிர்மறையான உணர்வுகள் ஏராளமாக இருந்தன. இரண்டாவது நாள் நான் ஏறக்குறைய பயிற்சியை விட்டு வெளியேறிவிட்டேன். ஐந்து நிமிடங்கள்தான். அதன்பின் பின்வாங்குவது சரியில்லை என்று திரும்பிச் சென்றுவிட்டேன். அதன்பின் நல்ல முன்னேற்றம் தெரிந்தது. இப்போது நான் திறந்த மனதுடன் இருக்கிறேன். இந்த நிலை அழகாக இருக்கிறது.

அப்படித்தான் இருக்கும். முதலில் எதிர்மறை உணர்வுகள் வரத்தான் செய்யும். அதன்பின் நேர்மறையான உணர்வுகள் வரும். எதிர்மறை உணர்வுகளிடமிருந்து தப்பிக்க நினைத்தால் உங்களால் இதைப் புரிந்துகொள்ளவே முடியாது. அப்போது ஏற்படும் வலியின் கால அவகாசத்தை உங்களால் நீட்டிக்க முடிந்தால் ஒரு திருப்பம் ஏற்படும். ஏனென்றால் ஒவ்வொரு பள்ளத்தாக்கிற்குப் பின்னும் ஒரு சிகரம் இருக்கிறது. ஒவ்வொரு சிகரத்திற்குப் பின்னும் ஒரு பள்ளத்தாக்கு இருக்கிறது. ஒவ்வொரு இரவுக்குப் பின்னும் ஒரு விடியல் இருக்கிறது. இரவு எவ்வளவு இருண்டதாக இருக்கிறதோ அந்த அளவுக்குப் பகல் பிரகாசமாக இருக்கும். அதனால் ஒவ்வொருவரும் இந்த இருண்ட இரவை - கோபம், வெறுப்பு போன்ற எதிர்மறை உணர்வுகளைக் - கடந்து செல்ல வேண்டும்.

இதைத்தான் நோன்பு என்கிறார்கள். இந்தத் துன்பமும் வலியும்தான் உண்மையான நோன்பு. நம்பிக்கையுடனும் துணிவுடனும் முன்னேறிக்கொண்டேயிருக்க வேண்டும். அதன்பின் திருப்புமுனை வரும். அது எப்போது வருகிறது என்று ஒருவராலும் சொல்லமுடியாது. நம் எதிர்மறை உணர்வுகளின் ஆழம் என்னவென்று நமக்கே தெரியாது. ஆனால் அந்த அடியாழத்தைத் தொட்ட மாத்திரத்தில் நீங்கள் மேலே எழத் தொடங்கிவிடுவீர்கள்.

நடந்தவரை நல்லது. நல்ல வேளை நீங்கள் பயிற்சியை விட்டு வெளியேறவில்லை. நேர்மறை உணர்வுகள் வரும்போது அவை மிகவும் அழகாக இருக்கும். பேருவகை நிலையை அனுபவிப்பீர்கள். இந்த நல்ல உணர்வை நீங்கள் வீட்டிற்குக் கொண்டு செல்ல வேண்டும்.

ஒவ்வொரு மாதமும் குறைந்தது 24 மணி நேரமாவது இந்தப் பயிற்சியை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். இதேபோல் எதிர்மறையிலிருந்து நேர்மறைக்கு வருவீர்கள். போகப் போக நீங்கள் நேர்மறை உணர்வுகளுக்கு வரும் வேகம் இன்னும் அதிகமாகும். ஒரு கட்டத்தில் சில விநாடிகளிலேயே எதிர்மறையிலிருந்து நேர்மறைக்கு வந்துவிடுவீர்கள். இப்போது உங்களால் எதிர்மறை உணர்வுகளின் ஆழத்திற்குப் பாய்ந்து செல்ல முடியும். இப்போது உங்களுக்கு உங்கள் மனதின் அதிகபட்ச ஆழம் என்னவென்று தெரியும் என்பதால் உங்களிடம் பயம் இருக்காது.

தொடர்ந்து இந்தப் பயிற்சியை மேற்கொள்ளுங்கள். இது உங்கள் வளர்ச்சிக்கு மகத்தான உதவிகளைச் செய்யும். ஒவ்வொரு மாதமும் இந்தப் பயிற்சிக்காக இருபத்துநான்கு மணி நேரத்தை ஒதுக்குங்கள், போதும்.

நான் என் இரண்டாவது கேள்விக்குப் போகலாமா? “அடுத்தவர் என்பவர் யார்?” இந்தக் கேள்வியும் “நான் யார்?” என்ற கேள்வியும் ஒன்றுதான் என்று எனக்குத் தோன்றுகிறது.

இரண்டு கேள்வியும் ஒன்றுதான். நேர்மறையான உணர்வுகளை ஒரு கேள்வி மூலம் தொட்டுவிட்டால் எல்லாக் கேள்விகளும் ஒன்றுதான். மீண்டும் மீண்டும் நீங்கள் அதே முனையைத்தான்

தொடுவீர்கள். இருப்பது ஒரு கேள்விதான். அதற்கு ஆயிரம் ஆயிரம் வடிவங்கள்.

ஒரு கேள்வி. ஒரு பதில். இருப்பதெல்லாம் அதுதான். இரண்டு கேள்விகள். இரண்டு பதில்கள்கூட இல்லை. அதனால் இரண்டின் மூலமாகவும் ஒரே முனையைத்தான் தொடுவீர்கள். இந்தக் கேள்வியின்மூலம் உங்கள் இருப்புநிலையைத் துருவித் துருவிப் பார்க்கிறீர்கள்.

ஓர் இடத்தில் தோண்டுகிறீர்கள். முப்பதடியில் தண்ணீர் வருகிறது. மற்றொரு இடத்தில் தோண்டுகிறீர்கள். அங்கும் முப்பதடியில் தண்ணீர் வருகிறது.

நீங்கள்தான் அந்தத் தண்ணீர். உங்கள் மனம்தான் உங்களை மூடியிருக்கும் நிலம். சில இடங்களில் நிலத்தில் பாறைகள் நிறைந்து இருக்கும். சில இடங்களில் நிலம் மிகவும் மென்மையாக, தோண்டுவதற்குத் தோதாக இருக்கும். அந்த இடத்தில் தோண்டும்போது நீங்கள் தண்ணீர் இருக்கும் இடத்தை விரைவாக அடைந்து விடுவீர்கள். நிலம் எப்படி இருந்தாலும் அடையும் இலக்கு ஒன்றுதான். அதனால் நான் யார் என்ற ஒரே கேள்வியை மட்டும் எழுப்பிக் கொண்டேயிருங்கள். போதும் வேறு எதையும் மாற்றத் தேவையில்லை.

நான் இங்கிருக்கும் பல நோய் நீக்கல் முறைகளைச் செய்து பார்த்திருக்கிறேன். இன்னும் என் மார்பகங்கள், இடுப்பு தொடைப் பகுதிகளில் ஏதோ அடைப்பு இருப்பதுபோல் தோன்றுகிறது.

ரோல்ஃபிங் (Rolfing) என்ற நோய் நீக்கல் முறையை நீங்கள் முயன்று பார்க்க வேண்டும். அது உங்களுக்கு உதவும். அதனால் வலி ஏற்படலாம். அதனால்தான் இதுவரை அதைச் செய்ய வேண்டும் என்று உங்களிடம் நான் சொல்லவில்லை. மற்ற நோய் நீக்கல் முறைகளைச் செய்தபின் கடைசியாக இதைச் செய்ய வேண்டும்.

ரோல்ஃபிங் முறையினால் வலி ஏற்படக் காரணம் அது உங்கள் உடலின் கட்டமைப்பையே மாற்றிவிடும்.. ஓர் உணர்வு

பலகாலம் உங்களுக்குள் இருந்தால் அது உங்கள் உடலின் ஒரு பகுதியாக மாறிவிடும். அந்த உணர்வு உங்கள் மனதின் அங்கமாக மட்டும் இருக்காது. அதனை மனதின்மூலம் கரைத்து வெளியேற்ற முடியாது. அதை உங்கள் உடல்மூலம் கரைத்து வெளியேற்ற வேண்டும். உங்கள் உடலின் நரம்புகளும் தசைகளும் ஒரு குறிப்பிட்ட கட்டமைப்பில் இருக்கின்றன. அந்தக் கட்டமைப்பை உடைத்து இந்த உணர்ச்சியை வெளியேற்ற வேண்டும்.

உங்கள் சிறுவயதில் பாலுணர்வு சம்பந்தப்பட்ட ஏதோ ஒன்று நடந்திருக்கிறது. அது உங்கள் உடலுக்குள் ஆழமாகச் சென்று பாலுணர்வு மையம் கொண்டிருக்கும் இடங்களை - மார்பகம், இடுப்பு, தொடை போன்ற பகுதிகளை - உறைய வைத்திருக்கிறது. இந்த உறைவு ஒரு பாதுகாப்புக் கவசம்போல் செயல்படுகிறது. அதனால் உங்கள் பாலுணர்வு மரத்துப் போயிருக்கிறது. இப்போது நீங்கள் பிரம்மச்சரிய நோன்பு நூற்றுக்கொண்டு இருக்கிறீர்கள்.

இதைத்தான் உலகத்தில் உள்ள பிரம்மச்சாரிகள் அனைவரும் செய்து கொண்டிருக்,கிறார்கள். தங்கள் உடலின் சில பகுதிகளை உறைய வைத்துவிடுகிறார்கள். அதற்கென்று சில வழிமுறைகள் உள்ளன. அந்தப் பகுதிகள் உறைந்து போனபின் அவர்கள் பாலுணர்வைப் பற்றிக் கவலைப்படுவதில்லை. ஏனென்றால் அந்த சக்தியே அவர்களிடம் இல்லாமல் போய்விடுகிறது. ஆனால் இது நல்லதல்ல. ஏனென்றால் அவர்கள் உணர்ச்சி மரத்துப் போனவர்களாக ஏறக்குறைய இறந்து போனவர்களாகத்தான் வாழ்கிறார்கள்.

நாம் பாலுணர்வைத் தாண்டி அப்பால் செல்ல வேண்டும். இவர்கள் பாலுணர்வுக்கும் கீழே செல்கிறார்கள்.

உங்களுக்கு வந்ததைப் போன்ற நிலை சிலருக்கு - குறிப்பாகப் பெண்களுக்கு - ஏற்படுகிறது. பாலுறவில் பெண்களின் பங்கு தன்செயலற்றது என்பதால் இது ஏற்படுகிறது.

நீங்கள் சிறு பெண்ணாக இருந்தபோது யாராவது உங்களிடம் பாலியல் ரீதியாகச் சில்மிஷம் செய்திருக்கலாம். அதை நீங்கள் மறந்திருக்கலாம். ஏனென்றால் சில விஷயங்களை நீங்கள் மறக்கவே விரும்புவீர்கள். ஆனால் அந்த சம்பவம் குறித்த பயம்

உங்களிடம் மிக அதிகமாக இருக்கிறது. அதனால்தான் பாலுணர்வு சம்பந்தப்பட்ட இடங்கள் எல்லாம் உணர்ச்சியற்று உறைந்து போயிருக்கின்றன. இதனை ரோல்ஃபிங் மூலம் சரி செய்துவிடலாம்.

ரோல்ஃபிங் சிகிச்சையை நீங்கள் இங்கேயே செய்து கொள்ளலாம். இங்கு செய்து கொள்வது நல்லது. ஏனென்றால் இங்கே அந்த சிகிச்சையைச் செய்பவர் ஒரு சந்நியாசி. ரோல்ஃபிங் என்பது உங்களை நெகிழ்வாக வைத்திருக்கும் ஓர் உத்தி. ஆனால் அந்த சிகிச்சையைச் செய்பவர் தியானநிலையில் இருந்தால் அவர் உங்களுக்குள் இன்னும் ஆழமாகச் சென்று பணியாற்ற முடியும்.

○



பதினேழாம் நாள்

இதயத்தின் நேர்மையே பொறுப்புணர்வு

மாலை நேரம். ஒரு சந்நியாசி தன் கிடாரைக் கொண்டு வந்திருக்கிறார். ஓஷோவுக்கு முன்னால் அதை வாசித்துக் காட்டுகிறார். பாடவும் செய்கிறார். பாடலில் ஹரே கிருஷ்ணா, போதை மாத்திரை, காம சூத்திரா இயலுலக உணர்வு போன்ற விஷயங்கள் அதிகம் இருக்கின்றன.

நன்றாக இருக்கிறது. ஆனால் இன்னமும் சிறப்பாக இருந்திருக்கலாம். நீங்கள் உங்கள் மனதை உங்கள் இசையில் அதிகமாகக் கொண்டுவந்துவிட்டீர்கள். முட்டாள்தனமாக இயற்றப்பட்ட இசையில்கூட ஓர் அழகு இருக்கத்தான் செய்கிறது. உங்கள் பாடலில் ரசாயனம், அறிவியல், தத்துவம் போன்ற விஷயங்களைக் கொண்டுவரத் தேவையில்லை. உங்கள் மனம் அதிகமாக உள்ளே இருப்பதால் உங்கள் இசை அவ்வளவாக எடுபடவில்லை.

இசை மனம் சம்பந்தப்பட்டது இல்லை. மனம் என்பது இசையின் நடுவே தோன்றும் ஓர் அபஸ்வரத்தைப் போன்றது. அது கவனத்தைத் திசைதிருப்பிவிடும். இந்த மாதிரியான இசையில் நீங்கள் உங்களை மறக்க முடியாது. ஏனென்றால் உங்கள் இசையில் ராகத்தைவிட எண்ணங்கள்தான் அதிகமாக இருக்கின்றன. காட்டுத்தனமாக எதையாவது பாடுங்கள். காதலைப் பற்றிப் பாடுங்கள். அதில் விளங்காத வார்த்தைகள் இருந்தாலும் பரவாயில்லை. ஆனால் மனதை மட்டும் உள்ளே கொண்டுவராதீர்கள்.

வேறு ஒன்றுமே செய்ய வேண்டாம். ஹரே ராமா ஹரே கிருஷ்ணா என்ற இரண்டு வார்த்தைகளை மட்டும் பல வழிகளில் பல வரிசைகளில் சொல்லிக்கொண்டிருங்கள் போதும். கடல் அலைகளைப் போல் அதையே திரும்பத் திரும்பப் பாடும்போது ஒரு கட்டத்தில் பாறையை எதிர்த்து மோதும் ஆவேசக்கடலாக

அந்தப் பாடல் வரிகள் மாறிவிடும். நீங்கள் அந்த வரிகளில் உங்களையே இழப்பீர்கள்.

இசையைக் கட்டுப்படுத்தி வழிநடத்த நினைக்க வேண்டாம். இசை உங்களை வழிநடத்திச் செல்லட்டும். இசையில் உங்களை இழந்துவிடுங்கள். ஓர் ஆழ்ந்த உச்சநிலையை நீங்கள் தொடுவீர்கள். அதில் இருக்கும் உவகை தாங்காமல் வெடிப்பீர்கள். நீங்களே இந்தப் பிரபஞ்சம் என்பதை உணர்வீர்கள். அண்ட சராசரங்களும் நீங்களன்றி வேறில்லை என்பதை உணர்வீர்கள். ஆனால் அதைப் பற்றிப் பேசமாட்டீர்கள். நான் சொல்வது புரிகிறதா? இசையுடன் ஒன்றுங்கள்; அப்போதுதான் அது உங்கள் இருப்புநிலையின் மறுகரைக்கு அழைத்துச் செல்லும்.

இல்லாவிட்டால் நீங்கள் இசையைத் தவறான வழியில் பயன்படுத்துகிறீர்கள் என்றாகிவிடும். உங்கள் மனதை இசைக்குள் கொண்டுவருகிறீர்கள். அது இசையைக் கெடுத்துவிடும். இசை வெகுளித்தனமானது. இசைக்குத் தத்துவம், ரசாயனம், போதை மாத்திரை கஞ்சா இயலுலக உணர்வு பற்றியெல்லாம் தெரியாது. இவையெல்லாம் வெற்று வார்த்தைகள். வெறும் குப்பை.

இசையினுள்ளே செல்லுங்கள். அதனுடன் இரண்டறக் கலந்துவிடுங்கள். நடனமாடத் தொடங்குங்கள். நீங்கள் சொல்வது எல்லாம் நடக்கும். அதன்பின் உங்கள் இருப்புநிலையின் ஒரு புதிய பரிமாணத்திற்குள் செல்வீர்கள். அங்கே விண்மீன்கள் நகர்ந்து கொண்டிருக்கும். தூய்மையான இருப்புநிலை மட்டுமே அங்கே இருக்கும். இசை தியானத்தைப் போன்று புனிதமானது. அதற்குள் உங்கள் மனதைக் கொண்டுவந்து அதை அசிங்கப்படுத்தாதீர்கள். உங்கள் அறிவுஜீவித்தனத்தை மூட்டை கட்டி வையுங்கள்.

ஆனால் உங்கள் இசை நன்றாக இருந்தது. அடுத்தமுறை இங்கே வரும்போது காட்டாற்று வெள்ளம் போல் இசை உங்களிடமிருந்து பாய்ந்து வரட்டும். உங்கள் அறிவை உள்ளே நுழைக்காதீர்கள். சரியா?

அடுத்து ஜெனிவாவில் உள்ள ஐக்கிய நாடுகள் சபையில் பொருளியல் நிபுணராகப் பணி புரியும் ஒரு பெண்மணி வருகிறார்.

நான் இங்கே பூனாவில் உங்களுடன் இருப்பதா இல்லை ஜெனிவாவிற்குத் திரும்பிச் சென்று என் பணியைத் தொடர்வதா என்று புரியவில்லை. என் பணியில் எனக்கு நிறையப் பொறுப்புகள் இருப்பதாக உணர்கிறேன். வாழ்க்கையில் எது முக்கியம் எது முக்கியமில்லை என்று நான் வகுத்திருக்கும் முன்னுரிமை வரிசை தவறோ என்ற ஐயமும் இருக்கிறது.

அதில் தவறில்லை. நீங்கள் பொறுப்புணர்வோடு செயல்படுவதில் எந்தத் தவறும் இல்லை. ஆனால் அதே சமயம் உங்கள் பணியை ஒரு சுமையாகக் கொள்ள வேண்டாம். அதனால் மன அழுத்தத்தை வரவழைத்துக் கொள்ள வேண்டாம். நாம் எது செய்தாலும் பொறுப்பாகச் செய்ய வேண்டும். நமது பணி மற்றவர்களுக்குப் பயன்படப் போகிறதா இல்லையா என்பது இரண்டாம் பட்சம். ஆனால் செய்வதைப் பொறுப்புணர்வோடு செய்தால்தான் நீங்கள் பக்குவமடைய முடியும்.

என்னிடம் பொறுப்புணர்வு மிக அதிகமாக இருக்கிறது. சில நேரங்களில் நான் வெறும் பொறுப்புணர்வுகளால் ஆன மாயத் தோற்றமோ என்ற சந்தேகம்கூட வந்துவிடுகிறது.

நீங்கள் பொறுப்புணர்வைத் தவறாகப் புரிந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். அது ஒரு சுமையல்ல. உங்கள் பொறுப்புணர்வு என்பது நீங்கள் செய்ய வேண்டிய கடமையில்லை. அதற்கும் மற்றவர்களுக்கும் எந்த சம்பந்தமும் இல்லை. அதன்மூலம் நீங்கள் எதையும் நிரூபிக்கப் போவதில்லை. உங்கள் வாழ்க்கை உங்கள் பொறுப்புணர்வைச் சார்ந்து இருக்காது. இதயத்தின் நேர்மையே பொறுப்புணர்வு. எதைச் செய்தாலும் அதை இதயபூர்வமாகச் செய்யுங்கள். அப்படிச் செய்யும்போது நீங்கள் செய்வது எதுவானாலும் அது தியானமாகிறது. எதையாவது நீங்கள் பொறுப்பில்லாமல் செய்தால் நீங்கள் தியானம் செய்வதற்கான ஒரு வாய்ப்பைக் கோட்டைவிட்டுவிட்டீர்கள் என்று பொருள். நீங்கள் ஆறு மணி நேரம் உங்கள் அலுவலகத்தில் வேலை பார்க்கலாம். உங்கள் வேலையை ஏனோதானோவென்று செய்யலாம். கடனே என்று நினைத்துச் செய்யலாம். அதனால் உங்கள் வேலை பாதிக்கப்படும் என்று நான் சொல்லவில்லை. உங்கள் வேலை பாதிக்கப்பட்டாலும்

அதைப்பற்றிக் கவலையில்லை. ஏனென்றால் இன்றைய தேதியில் அரசாங்க வேலையில் 90 சதவிகிதம் உபயோகமில்லாத வேலைதான். அதுவும் ஐக்கிய நாடுகள் சபையில் நடைபெறும் வேலையில் நூறு சதவிகிதம் பயனில்லாதது.

ஆறுமணி நேரம் மந்த புத்தியோடு வேலை பார்த்தபின் அந்த மந்த நிலையிலிருந்து வெளியே வருவது மிகவும் கடினம். போகப் போக அதுவே உங்கள் வாழ்க்கையின் பகுதியாகிவிடுகிறது. மந்தபுத்தியோடு செயல்படுவது உங்கள் வாழ்க்கையின் வழியாகிவிடுகிறது. அந்த மந்தநிலை உங்கள் வாழ்க்கையில் பரவும்போது உங்களுக்குள் அந்த நச்சுத்தன்மையும் பரவுகிறது. பொறுப்போடு செயல்படுவது என்பது மனம்விரும்பிச் செய்வதேயாகும். அதை அதீதக் கூர்மையுடன் செய்யுங்கள். அப்படிச் செய்தால் அந்த ஆறுமணிநேரமும் நீங்கள் அத்யந்த விழிப்புணர்வுடன் இருப்பீர்கள். அந்த விழிப்புணர்வு கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உங்களுடைய மற்ற பகுதிகளுக்கும் பரவும். உங்கள் வாழ்க்கை உயிர்ப்புடன் இருக்கும்.

பொறுப்புணர்வு என்ற சொல்லே மிகவும் அழகானது. அதன் நேரடிப் பொருள் உயிர்ப்புடன் இருத்தல். செத்தவனுக்குப் பொறுப்புணர்வு கிடையாது. ஒரு பிணம் நீங்கள் செல்லும் வழியில் கிடக்கிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம்,. 'ஏன் என் வழியை மறித்துக் கொண்டு படுத்துக் கிடக்கிறாய்?' என்று நீங்கள் அந்தப் பிணத்திடம் கேட்டால் அது ஒன்றும் பதில் சொல்லாது. ஏனென்றால் பிணத்துக்குப் பொறுப்பு இல்லை. அது யாருக்கும் பதில் சொல்லவேண்டிய அவசியம் இல்லை. உங்களிடம் பொறுப்புணர்வு இருந்தால்தான் உயிர்ப்பு இருக்கும்.

நன்றாகக் கவனியுங்கள் நான் முக்கியத்துவம் கொடுப்பது உங்களுக்குத்தானேயொழிய நீங்கள் செய்யும் வேலைக்கு அல்ல.

குர்ஜிஃப் என்ற ஞானி தன் சீடர்களிடம் அபத்தமான வேலைகளைச் செய்யச் சொல்வார். அதே சமயம் அத்தகைய வேலைகளைக்கூட அதீதப் பொறுப்புணர்வுடன் செய்யச் சொல்வார். உதாரணமான ஒரு சீடனிடம் ஒரு குழியைத் தோண்டச் சொல்லுவார். அவன் நாளெல்லாம் வியர்க்க விறுவிறுக்கக் குழி

தோண்டிக்கொண்டிருப்பான். மாலை நேரம் குர்ஜிஃப் அவன் வேலையை மேற்பார்வையிட வருவார். தோண்டிய குழியை மூடுமாறு ஆணையிடுவார். சீடன் மீண்டும் மண்ணை எடுத்துக் குழியில் போட்டு மூடுவான்.

மறுநாள் வேறு ஓர் இடத்தில் குழி தோண்டச் சொல்லுவார். 'என்ன ஆயிற்று குருநாதருக்கு?' என்று அவன் ஆச்சரியப்பட்டுக் கொண்டே குழியைத் தோண்டுவான். அன்று மாலை அந்த இரண்டாவது குழியையும் மூடச் சொல்லிவிடுவார்.

பொறுப்போடு செயல்படுங்கள் என்று தன் சீடர்களிடம் சொல்லிக்கொண்டேயிருப்பார் குர்ஜிஃப். நீங்கள் பயன் கருதி வேலை செய்ய ஆரம்பித்துவிட்டால் உங்கள் மொத்த வாழ்க்கையும் வீண் என்று சொல்வார் அந்த ஞானி. மொத்த வாழ்க்கையும் குழியைத் தோண்டி மூடுவதைப் போல்தானே! ஒவ்வொரு நாளும் உண்கிறீர்கள். பின் உண்டதை வெளியே எறிகிறீர்கள். இரவு தூங்கச் செல்கிறீர்கள். காலையில் விழித்துக் கொள்கிறீர்கள். சாகும் வரை இந்தக் குழி தோண்டி மூடும் கதை தொடர்ந்து நடந்து கொண்டேயிருக்கிறது..

உலகத்தில் நடப்பது எல்லாமே இது போல் வெட்டியாகக் குழியைத் தோண்டி அதை மூடும் கதைதான். ஆனால் அதுவல்ல செய்தி என்கிறார் குர்ஜிஃப். செய்யும் வேலையைப் பொறுப்புணர்வுடன் செய்யுங்கள். உலகமே உங்கள் வேலையை நம்பித்தான் இருக்கிறது என்ற உணர்வுடன் செய்யுங்கள் என்று சொல்கிறார். அதீத விழிப்புணர்வுடன் செய்ய வேண்டும் என்று சொல்கிறார்.

இந்தக் குழி தோண்டி மூடும் அபத்த வேலையைச் சீடன் பொறுப்புணர்வோடு செய்யத் தொடங்கிவிட்டான் என்பதை அறிந்த பிறகுதான் அதை நிறுத்தச் சொல்வார். சில சமயம் அந்த வேலையை மாதக்கணக்கில் செய்ய வேண்டிவரும். மூன்று மாதங்களாக ஒரு சீடன் வேறு எதுவும் செய்யாமல் குழி தோண்டி மூடும் வேலையை மட்டும் செய்து கொண்டிருப்பான். இதனால் சில சீடர்கள் இது என்ன பைத்தியக்காரத்தனம் என்று வேலையை விட்டு ஓடிவிடுவார்கள். இதனால் என்ன பிரயோஜனம் என்று தவறாக நினைத்து இந்த அவசர முடிவுக்கு வந்துவிடுவார்கள்.

ஆனால் நீங்கள் குர்ஜிஃப் சொன்ன பாதையில் தொடர்ந்து நடந்தால் குழியைத் தோண்டி மூடும் அந்த அபத்தமான வேலையைத் தொடர்ந்து செய்துவந்தால் உங்களுக்குள் ஒரு மகத்தான ஆன்ம அழகு உண்டாகும். அந்தக் குழி இப்போது தெரியாது. குழியைத் தோண்டும்போதும் அதை மூடும்போதும் உள்ளே இருக்கும் உணர்வுகள்தான் தெரியும். அதைக் காதலுடன் செய்யத் தொடங்கிவிட்டால் நீங்கள் அதன் நோக்கத்தை மறந்துவிடுவீர்கள். அந்த வேலையை அனுபவித்துச் செய்வீர்கள்.

பொறுப்புணர்வு என்பது நீங்கள் இந்தக் கணத்தில் செய்யும் வேலையில் மனமூன்றி நிற்பதுதான். அதனால் இரண்டுவாரங்களுக்குப் பிறகு உங்கள் பணிக்குத் திரும்பிச் செல்லுங்கள். பொறுப்புணர்வோடு செயல்படுங்கள். அதாவது நான் சொன்ன பொறுப்புணர்வுடன். செய்வதை அனுபவித்துச் செய்யுங்கள். மற்றவர்கள் அதை அனுபவித்துச் செய்யாவிட்டாலும் பரவாயில்லை. நீங்களாவது அப்படிச் செய்யுங்கள்.

அது சரி உங்களுக்கு என்ன பிரச்சினை? உங்கள் தலையில் ஏதாவது பாரம் அழுத்துகிறதா? *(ஓஷோ வேறு ஒரு பெண்ணிடம் கேட்கிறார். அந்தப் பெண்மணி விம்முகிறார்)*

சொல்லுங்கள். உங்கள் மனதில் இருக்கும் கவலைகளை வெளியே கொண்டுவாருங்கள்.

எனக்கு ஒன்றும் தெரியாது.

(ஓஷோ சிரிக்கிறார்) உங்கள் தலையில் என்ன இருக்கிறது என்றாவது தெரியுமல்லவா?

எனக்குப் பித்துப் பிடித்துவிடும் போல் இருக்கிறது.

உங்களைச் சுற்றி இருப்பவர்களைப் பாருங்கள் இவர்களைவிடவா உங்களுக்குப் பித்து பிடித்துவிடப் போகிறது? (அனைவரும் சிரிக்கிறார்கள்) நிச்சயமாக இல்லை *(ஓஷோ சிரிக்கிறார்)*

நான் சொல்ல நினைப்பது எல்லாமே முட்டாள்தனம் என்று தோன்றுகிறது.

முட்டாள்தனத்தைப் பற்றிக் கவலைப்படாமல் மனதில் உள்ளதை என்னிடம் சொல்லுங்கள்.

நான் யார் எங்கு இருக்கிறேன் என்பதே எனக்குத் தெரியவில்லை. ஏதோ ஒரு பெரிய திரைப்படம் போல் என் வாழ்க்கை போய்க் கொண்டிருக்கிறது. அதில் என் பங்கு என்னவென்று எனக்குத் தெரியவில்லை.

நீங்கள் அந்தத் திரைப்படத்தைப் பார்க்கும் ரசிகர்களில் ஒருவராக இருக்கிறீர்கள்.

எது நிஜம் எது பொய் என்பதுகூட எனக்குத் தெரியவில்லை.

அது யாருக்குமே தெரியாது. எது நிஜம் எது பொய் என்பது தெரியாமலேயே நாம் வாழ வேண்டும். இதை நன்றாக நீங்கள் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். அப்படி வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும்போதே உங்களுக்கு எது நிஜம் எது பொய் என்பது தெரிந்துவிடும். இதைவிட்டால் வேறு வழியில்லை.

உங்கள் வாழ்க்கையை வாழுங்கள். எதெல்லாம் உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியைக் கொடுக்கிறதோ அதெல்லாம் நிஜம். எது உங்களுக்கு வலியையும் துன்பத்தையும் கொடுக்கிறதோ அது பொய். எதுவுமே தெளிவாக இல்லை என்று எனக்குத் தெரியும். உங்கள் கஷ்டம் எனக்குப் புரிகிறது. இந்தக் கஷ்டம் எல்லாருக்கும் இருக்கிறது. நாம் அனைவரும் ஒரே படகில்தான் பயணித்துக் கொண்டிருக்கிறோம். நீங்கள் முட்டாள்தனமானவர் என்று எனக்குத் தோன்றவில்லை. உங்களுக்குத் தெரியாது என்பதை நீங்கள் அறிந்திருக்கிறீர்களே. அதுவரை நல்லது. இருட்டில் செய்வதுபோல் தட்டுத் தடவித்தான் உண்மை- பொய்யை அறிந்து கொள்ள முடியும். உண்மையை யாரும் தங்கத்தட்டில் வைத்து பகுமானமாக உங்களிடம் கொண்டுவந்து கொடுக்கமாட்டார்கள். நீங்கள்தான் அதைத் தேடிக் கண்டுபிடிக்க வேண்டும்.

ஆனால் எங்கே எப்படித் தேடுவது என்று எனக்குத் தெரியாதே..

நேசியுங்கள், அழுங்கள். சிரியுங்கள் விம்மி விம்மி அழுங்கள், நடனமாடுங்கள் - இதையெல்லாம் நீங்கள் செய்யலாமே. போகப் போக அந்த உணர்வு உங்களுக்குள் வரும்.

நான் என்ன செய்தாலும் அதில் மகிழ்ச்சியும் இல்லை வருத்தமும் இல்லை.

அப்படியென்றால் இதைத்தான் நீங்கள் முயற்சி செய்து பார்க்க வேண்டும். உண்மையிலேயே சோகமாக இருங்கள். வருத்தப்படுங்கள். இதுவரை நீங்கள் வருத்தப்பட்டதேயில்லையா? கவலையை விடுங்கள். உங்களை உண்மையாகவே வருத்தப்பட வைக்கக்கூடிய சிலரை உங்களுக்குத் தருகிறேன். (ஓஷோ சிரிக்கிறார்)

ஜெர்மனியின் என் காதலனுடன் இருந்த போது வருத்தமாகத்தான் இருந்தேன்.

ஓ. உங்கள் காதலனுடன் வருத்தமாக இருந்தீர்களா? பார்த்தீர்களா, காதல் ஏதாவது ஒரு பரிசைத் தரத்தான் செய்கிறது. உங்களுக்குக் கிடைத்த பரிசு சோகம். அதையாவது காதல் கொடுத்ததே என்று மகிழுங்கள். உண்மையிலேயே உங்களால் வருத்தமாக இருக்கமுடிந்தால் தான் உங்களால் நிஜமாகவே சந்தோஷமாக இருக்கமுடியும்.

நீங்கள் சந்தோஷமாக இருந்தாலும் சரி, சோகமாக இருந்தாலும் சரி, உண்மையாக இருங்கள். அழுதால் உண்மையாக அழுங்கள். சிரித்தால் மனம் விட்டு வாய் விட்டுச் சிரியுங்கள். போலியாக மரியாதை நிமித்தம் சிரிக்காதீர்கள். எந்த உணர்வாக இருந்தாலும் சரி அதன் ஆழத்திற்குச் சென்று அனுபவியுங்கள்.

எனக்குப் பயமாக இருக்கிறது.

உங்கள் பயம்கூட முழுமையாக இருக்கட்டும். அதில் எந்தத் தப்பும் இல்லை. நீங்கள் என்ன செய்தாலும் சரி, எப்படி இருக்க விரும்பினாலும் சரி அதில் முழுமையாக ஈடுபடுங்கள். அதைப் பற்றி சிந்தனை செய்யாதீர்கள். அந்தச் செயலாக அந்த நிலையாக வாழுங்கள். போகப் போக நீங்கள் யாரென்று உங்களுக்குத் தெரியும்.

உங்கள் வாழ்க்கையின் முடிவில் நீங்கள் யாரென்று தெரிந்தாலும் அது சீக்கிரம்தான். அதனால் ஆரம்பத்திலேயே வேறு யாராவது உங்களிடம் வந்து நீங்கள் இன்னார் என்று சொல்வார் என்று எதிர்பார்க்காதீர்கள். தான் யாரென்பதைத் தெரிந்து கொள்வது

சுலபமாக இருந்ததென்றால் அனைவருமே ஞானிகளாகத்தான் இருப்பார்கள்.

அதை அறிந்து கொள்ளப் போராட வேண்டும். இருட்டில் தட்டுத் தடவிப் பார்ப்பது போல் தேட வேண்டும். பல நேரங்களில் பாதை தவறும் அபாயம் இருக்கிறது. வழியில் பல அபாயங்கள் இருக்கின்றன. படுகுழிகள் இருக்கின்றன. ஒரே ஒரு சரியான வழிதான் இருக்கிறது. ஆயிரத்தியொன்று தவறான வழிகள் இருக்கின்றன. வாழ்க்கை ஒரு புதிர். திகைப்பூட்டும் அளவிற்குப் பெருஞ்சிக்கலான புதிர். ஆனால் தொடர்ந்து முயற்சி செய்தால் ஒருநாள் இல்லாவிட்டால் ஒருநாள் சரியான பாதை பிறக்கும் சரியான கதவு திறக்கும். உங்கள் வாழ்நாள் முழுவதும் நீங்கள் நடத்திய போராட்டத்திற்குப் பரிசு கிடைக்கும். அதன் மகோன்னதத்தில் ஓர் உயிர்ப்பு இருக்கும். ஆனால் அந்தப் பரிசை யாராலும் உங்களுக்குத் தர முடியாது. நீங்கள்தான் தேடிப் பெற வேண்டும். ஆனால் மன அழுத்தத்தில் துவளாதீர்கள். இது ஒன்றுதான் வழி. நல்லது.

○

பதினெட்டாம் நாள்

நீங்கள் இனிமேல் என்றும் முன்போல் இருக்க மாட்டீர்கள்!

என் உடல்நலம் சரியில்லை. அதனால் நான் வீட்டுக்குத் திரும்பிச் செல்ல வேண்டும். ஆனால் இங்கிருந்து போவதை நினைத்தால் பயமாக இருக்கிறது. உங்களுடைய அருகாமையை இழக்கப்போவதை நினைத்துப் பயப்படுகிறேன். மீண்டும் நான் பழைய வழிகளில் விழுந்துவிடுவேனோ என்ற பயமும் இருக்கிறது.

நான் அப்படி நடக்கவிட மாட்டேன். பயப்படாதீர்கள். அது என் பொறுப்பு. நீங்கள் பழைய வழிகளுக்குத் திரும்ப மாட்டீர்கள்.

வளர ஆரம்பித்துவிட்டால் நீங்கள் மீண்டும் கீழே விழ மாட்டீர்கள். ஆனால் அந்தப் பயம் வரத்தான் செய்யும். சொல்லப்போனால் உங்கள் வளர்ச்சி அதிகமாக அதிகமாக அந்தப் பயமும் அதிகமாகும். அந்தப் பயம் இயற்கையானது. ஆனால் நாம் எதையோ அடைந்துவிட்டோம் என்று நினைப்பவர் களுக்குத்தான் அந்தப் பயம். எதையும் அடையாதவர்கள் எதற்கும் அஞ்சமாட்டார்கள். அவர்கள் ஏற்கனவே பிச்சைக்காரர்கள். அவர்களிடம் இழப்பதற்கு ஒன்றும் இல்லை.

ஏதாவது ஒன்றைச் சம்பாதித்துவிட்டால் அதைக் காபந்து பண்ண வேண்டுமே என்ற பயம் வரத்தான் செய்யும். அது ஒரு நல்ல அறிகுறி. ஏதோ ஒன்றை இழக்கப் போகிறோம் என்ற பயம் வந்துவிட்டால் அந்த மனிதன் ஏதோ ஒன்றைச் சம்பாதித்துவிட்டான் என்றுதானே அர்த்தம்!

திரும்பிச் செல்லுங்கள். எதையும் இழக்க மாட்டீர்கள். இங்கே நீங்கள் எதையாவது அடைந்திருந்தால் அதை இழக்க வழிகளே கிடையாது. ஒன்றைத் தெரிந்து கொண்டுவிட்டால் மீண்டும் அது தெரியாமல் போவதற்கு வழியே இல்லை. ஓர் அனுபவத்தைப்

பெற்றுவிட்டால் அந்த அனுபவம் இல்லாமல் இருக்கும் நிலைக்குச் செல்ல வழியே இல்லை.

அதிலும் ஆன்மிக அனுபவம் என்பது உங்களுடைய ஆழமான பகுதிகளில் ஏற்படும் ஒரு தீவிரமான நிகழ்வு. அதைப் பெற்றுவிட்டால் பின் நீங்கள் எப்போதும் முன்போல் ஆக முடியாது. உங்களை இருட்டிற்குள் தூக்கியெறிந்தாலும் அந்த ஆன்மிக ஒளி உங்களைச் சூழ்ந்துகொண்டுதான் இருக்கும்.

சில நேரங்களில் பழைய சூழ்நிலைக்குத் திரும்புவது நல்லது. பழைய நண்பர்கள் பழைய உறவுகள் அறிந்த மனிதர்களிடம் செல்வது நல்லது. உங்களுக்குள் ஆன்மிக வித்து முளைவிடாத காலத்தில் நீங்கள் வாழ்ந்த இடத்திற்குத் திரும்பிச் செல்வது நல்லது.

நீங்கள் மீண்டும் பழைய மாதிரி ஆகிவிடும் வாய்ப்பு அதிகமாக இருக்கும் உங்கள் கடந்த காலத்திற்குத் திரும்பிச் செல்லுங்கள்.

அப்படித் திரும்பிச் செல்வதை ஏன் நல்லது என்று சொல்கிறேன்? அப்போதுதான் நீங்கள் நிஜமாகவே வளர்ந்திருக்கிறீர்களா என்று தெரியும். நீங்கள் உண்மையிலேயே முன்னேற்றம் அடைந்திருக் கிறீர்களா என்று தெரியும். நீங்கள் உங்கள் பழைய உலகத்திற்குப் போகலாம். ஆனால் ஒருபோதும் நீங்கள் உங்கள் பழைய நிலைக்குத் திரும்ப முடியாது. நீங்கள் அங்கு போகும்போது உங்கள் ஆன்மிக வளர்ச்சி இன்னும் அதிகமாகப் பிரகாசிக்கும். நல்ல இருட்டில் ஒளி இன்னும் அதிகமாகப் பிரகாசிக்கும் அல்லவா? இழக்கமுடியாத ஒன்றை நீங்கள் அடைந்துவிட்டீர்கள் என்று உங்களுக்குத் தெரியும். எதை இழக்கும் அபாயம் இருக்கிறதோ அதை அடைவதால் பயனில்லை. இழக்கமுடியாததுதான் மதிப்புள்ளது. ஏனென்றால் அதுதான் உங்கள் இயல்புநிலை.

அங்கே என்ன நடக்கிறது என்று கவனியுங்கள். மகிழ்ச்சியுடன் இங்கே திரும்பி வருவீர்கள். அங்கே போனால் உங்கள் மனதில் இருக்கும் பயம் போய்விடும். இங்கே வளர்ச்சி பெறுபவர்கள் அவர்களுடைய பழைய சூழ்நிலைக்குத் திரும்புவதை நான்

வரவேற்கிறேன். அது அவர்கள் வளர்ச்சிக்கு ஓர் உரைகல்லாக இருக்கும்.

முன்பு கீழை நாடுகளில் ஒரு பெரிய தவறு செய்தார்கள். அது ஒரு சோகக்கதை. மக்கள் உலகைக் கண்டு பயந்தார்கள். அதிலிருந்து தப்பிக்கப் பார்த்தார்கள். இமய மலைக்கு ஓடினார்கள். மடங்களுக்கு ஓடினார்கள். அந்தத் தனிமையான அமைதியான சூழலில் அவர்கள் கவலையில்லாமல் மகிழ்ச்சியாக இருந்தார்கள். உலகத்திற்குத் திரும்பி வர அவர்கள் பயந்தார்கள். அந்தப் பயம் தவறானது. அது அவர்கள் உண்மையாகவே வளர்ச்சி பெறவில்லை என்பதைத்தான் காட்டுகிறது. இமயமலையின் அமைதி, மௌனம் அதன் கம்பீரம் சாசுவதமாக இருக்கும் அதன் அழகு - இவற்றின் காரணமாகத் தாங்கள் ஏதோ அடைந்துவிட்டதாக நினைத்தார்கள். அது ஒரு பிரதிபலிப்பு. இமயமலையின் உன்னதத்தை அவர்கள் பிரதிபலித்தார்கள்.

என்னைப் பொறுத்தமட்டில் அப்படிப்பட்டவர்களுக்குக் கொடுக்கப்பட வேண்டிய அடிப்படைப் பயிற்சி என்ன தெரியுமா? அவர்களை மீண்டும் இந்த உலகிற்குள் அனுப்ப வேண்டும். சந்தைக்கு நடுவில் இருக்க வைக்க வேண்டும். அப்போதுதான் அவர்கள் ஏதாவது முன்னேறியிருக்கிறார்களா என்று சோதித்துப் பார்க்கமுடியும். சந்தைக்குச் சென்றதால் அவர்கள் அடைந்ததை எல்லாம் இழந்துவிட்டால் அவர்கள் எதையும் அடையவில்லை என்றுதான் பொருள். இமயமலையின் சாரலில் அவர்களுக்கு ஏதோ மாயத்தோற்றம் உண்டாகியிருக்கிறது. ஆன்மிக வளர்ச்சி நடைபெறவில்லை.

பல நூற்றாண்டுகளாக கிழக்கில் உள்ளவர்கள் உலகத்தைக் கண்டு பயந்தார்கள். அதனால்தான் மதம் என்பது வாழ்க்கையிலிருந்து பிரிந்து தனியாகப் போய்விட்டது. சந்தையில் நடப்பது வாழ்க்கை; மடாலயங்களில் நடப்பது மதம் என்று இரண்டும் தனித்தனியாகப் பிரிந்துவிட்டது. இரண்டிற்கும் நடுவே இணைக்கும் பாலம் எதுவும் இல்லை. இரண்டுமே முழுமையில்லாமல் போய்விட்டது.

தியானநிலை இல்லாத சந்தைக்கூடம் அசிங்கமான இடமாகிப் போனது. அதில் உயிர்ப்பு இருந்தது. ஆனால் அந்த உயிர்ப்பில்

அழகில்லை. சந்தைக்குப் போகத் துணிச்சல் இல்லாதவர்கள் வாழ்ந்த மடாலயத்தில் அமைதி இருந்தது. ஆனால் உயிர்ப்பு இல்லை.

அதனால் மடாலயங்கள் செத்த பிணங்களைப் போல் இருந்தன. சந்தையின் கூச்சலில் ஒரு பைத்தியக்காரனின் உயிர்ப்புதான் இருந்தது.

இது கிழக்கில் நடந்தது. மேலைநாடுகளிலும் இதுபோல் நடக்க வாய்ப்பிருக்கிறது. ஏனென்றால் இப்போது மேற்கும் கீழைநாடுகளின் வழியில் பயணித்துக் கொண்டிருக்கிறது. அந்த சோகம் மேலைநாடுகளில் அரங்கேறுவதற்கு முன்னால் நான் வேறு பரிமாணத்தில் பணியாற்றி அதைத் தடுக்க விரும்புகிறேன். ஆன்மிகம் அன்றாட வாழ்க்கையிலிருந்து தள்ளிப் போய்விடக் கூடாது என்பதற்காகத்தான் நான் இவ்வளவு சிரமப்படுகிறேன்.

தரையிலிருந்து பத்தடி உயரத்தில் இரண்டு கம்புகளுக்கிடையே கயிறைக் கட்டி அதன் மேல் நடப்பவர்களைப் பார்த்திருக்கிறீர்களா? அதுதான் உண்மையான தியானம். அவன் இடது பக்கம் விழுவதுபோல் இருந்தால் உடனே வலது பக்கம் லேசாகச் சாய்வான். அப்படிச் சாய்வதன்மூலம் சமநிலையைப் பெறுவான். அவன் முழுவதுமாகச் சமநிலைக்கு வந்தபின்தான் வலதுபக்கம் கொஞ்சம் அதிகமாகச் சாய்ந்துவிட்டோமோ என்று அவனுக்குத் தோன்றும். அதனால் இடதுபக்கம் சாய்ந்து மீண்டும் சமநிலையைத் தேடுவான். இப்படியாக இடது பக்கம் சாய்ந்து வலது பக்கம் சாய்ந்து கடைசியில் எந்தப் பக்கமும் விழாமல் தன் இலக்கைச் சென்றடைவான்.

அவனுடைய வாழ்க்கைதான் ஒரு சந்நியாசியின் வாழ்க்கை. இரண்டு பக்கமும் சாய்ந்துதான் சமச்சீர் நிலையைப் பெற முடியும்.

அதனால் தைரியமாகத் திரும்பிச் செல்லுங்கள். நான் உங்களுடன் இருப்பேன்.

ஒரு சந்நியாசி மசாஜ் செய்வது பற்றி பயிற்சி முகாம் நடத்தவிருக்கிறார். அவரிடம் ஓஷோ பேசுகிறார்.

மசாஜ் செய்யும் கலையை நீங்கள் கற்கத் தொடங்கலாம். ஆனால் அதை ஒருநாளும் முழுவதுமாகக் கற்று முடிக்க

முடியாது. அந்தக் கல்விக்கு முடிவே இல்லை. அந்த அனுபவம் இன்னும் ஆழமாகப் போய்க்கொண்டேயிருக்கும். உங்களை இன்னும் உயர உயர அழைத்துச் செல்லும் கலைதான் மசாஜ்.. அந்தக் கலையில் விற்பன்னராவது மட்டும் இங்கு கேள்வியில்லை. உங்கள் மனதில் இருக்கும் அன்பைப் பற்றிய கேள்வி இது.

முதலில் மசாஜ் செய்யும் உத்திகளைக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். மீதமுள்ளதை நான் உங்களுக்குச் சொல்லித்தருகிறேன். (ஓஷோ சிரிக்கிறார்) உத்தியைக் கற்றுக் கொண்டபின் அதை மறந்துவிடுங்கள். அதன்பின் உங்கள் உணர்வுகள் உங்களை வழிநடத்திச் செல்லட்டும். எதையும் ஆழமாகக் கற்றால் அதில் 90 சதவிகிதம் அன்பும் 10 சதவிகிதம் உத்தியும் இருப்பதை அறிவீர்கள். அடுத்தவரை அன்போடு தொட்டால்கூடப் போதுமானது. அவரது உடலில் ஏதாவது ஒரு பகுதி அதனால் நெகிழ்வடையும்.

அடுத்தவர்மேல் அன்பும் கருணையும் பொங்கி வழிந்தால்...

அடுத்தவருடைய மதிப்பை நீங்கள் முழுவதுமாக உணர்ந்தால்...

அவர் ஏதோ பழுதடைந்த கருவி போலவும் நீங்கள் பழுதுநீக்குபவர் போலவும் நினைக்காமல் அவர் ஒரு மகத்தான சக்தி என்பதை நீங்கள் உணர்ந்தால்.. ..

அவர் உங்களைப் பூரணமாக நம்புகிறார், அவருடைய சக்தியைத் தொட்டு மாற்ற உங்களை அனுமதிக்கிறார் என்பதில் உங்கள் மனதில் நன்றியுணர்வு தோன்றினால் .. ..

நீங்கள் மசாஜ் செய்யும்போது ஏதோ இசைக்கருவியை வாசிப்பதுபோல் உணர்வீர்கள். அவருடைய மொத்த உடலும் அந்த இசைக்கருவியில் உள்ள ஸ்வரஸ்தானங்களாக உணர்வீர்கள். அதனால் அவருக்கு மட்டும் இல்லாமல் உங்களுக்கும் நன்மை விளையும்.

இன்றைய உலகில் மசாஜ் தேவை. ஏனென்றால் இன்று அன்பு ஏறக்குறைய மறைந்துவிட்டது.: முதலில் காதலர்கள் ஒருவரை ஒருவர் லேசாகத் தொட்டுக் கொண்டாலே போதும் என்றிருந்தது. ஒரு தாய் தன் குழந்தையைத் தொடுவாள். வருடுவாள். தடவிக் கொடுப்பாள். அதுவே ஒரு மசாஜ் போல்

நன்மையளித்தது. கணவன் தன் காதல் மனைவியின் உடலில் தொட்டு விளையாடுவான். அதுவும் ஒருவகை மசாஜ்தான். அதுவே போதுமானதாக இருந்தது. அந்தத் தொடுதலில் உடலும் உள்ளமும் நெகிழ்ந்தது. அது அன்பை வெளிப்படுத்தும் வழியாகவும் இருந்தது.

ஆனால் அவையெல்லாம் உலகில் இப்போது மறைந்துவிட்டன. இப்போது எப்படித் தொடுவது, எங்கே தொடுவது எவ்வளவு ஆழமாகத் தொடுவது என்பதையெல்லாம் மறந்துவிட்டோம். தொடுதல் என்பது மனித இனம் மறந்துவிட்ட மொழியாகிவிட்டது. இப்போது நம் தொடுதல் அசிங்கமாகப் போய்விட்டது. ஏனென்றால் போலி மதவாதிகளால் அந்தச் சொல் கொச்சைப்படுத்தப்பட்டுவிட்டது. அந்தச் சொல்லிற்கு ஒரு பாலியல் சாயம் பூசிவிட்டார்கள். அதனால் மக்கள் இப்போது தொடவே பயப்படுகிறார்கள். அடுத்தவர்கள் நம்மைத் தொடுவதைத் தடுக்க வேண்டும் என்று பலர் கங்கணம் கட்டிக் கொண்டிருக்கிறார்கள்.

இப்போது மேலைநாடுகளில் நேரெதிர் துருவத்திற்குச் சென்றுவிட்டார்கள். தொடுதல், மசாஜ் செய்தல் எல்லாம் அங்கே பாலுணர்வு சம்பந்தப்பட்ட விஷயங்களாகிவிட்டது. இப்போது அங்கு மசாஜ் செய்வது என்பது செக்ஸ் உறவுக்கு ஒரு போர்வை யாக மாறிவிட்டது. உள்ளபடியே தொடுதல், மசாஜ் இவற்றுக்கும் செக்ஸுக்கும் எந்த சம்பந்தமும் இல்லை. அவை அன்பின் வெளிப்பாடு. அன்பு மேலிருந்து கீழே விழும்போது அது பாலுணர்வு ஆகிறது. அப்போது அது அசிங்கமாகத் தெரிகிறது.

வழிபாட்டுணர்வுடன் செயல்படுங்கள். ஒரு மனிதனுடைய உடலை வழிபாட்டுணர்வுடன்தான் தொட வேண்டும். அவன் உடலில் இருக்கும் ஆண்டவனுக்குச் சேவை செய்வது போல்தான் அவனைத் தொட வேண்டும்.

முழுமையான சக்தியுடன் இணைந்து செல்லுங்கள். அந்த சக்தி ஒரு புது இசைவை உண்டாக்குவதை உணர்ந்தால் உங்களுக்கு மகிழ்ச்சி பிறக்கும். நீங்கள் ஆழ்ந்த தியான நிலைக்குச் செல்வீர்கள்.

மசாஜ் செய்யும்போது வேறு எதைப்பற்றியும் சிந்திக்காதீர்கள். அது உங்கள் கவனத்தைச் சிதற அடித்துவிடும். உங்கள் மொத்த ஆன்மாவும் உங்கள் கைகளிலும் விரல்களிலும் இருக்க வேண்டும். அது வெறும் தொடுதலாக மட்டும் இருக்கக் கூடாது. உங்கள் ஆன்மா அடுத்தவரின் உடலுக்குள் நுழைய வேண்டும். அதனை ஊடுருவிச் சென்று ஆழத்தில் இருக்கும் இறுக்கமான உணர்வுகளை நெகிழ்த்த வேண்டும்.

அதை ஒரு விளையாட்டாக மேற்கொள்ளுங்கள். ஒரு வேலையாகச் செய்யாதீர்கள். வேடிக்கையாகச் செய்யுங்கள். நீங்களும் சிரித்து அடுத்தவரையும் சிரிக்க வையுங்கள்.

அப்படிச் செய்தால் உங்கள் பணியில் நீங்கள் பலருக்கு உதவலாம்.



பத்தொன்பதாம் நாள்

ஒவ்வோர் உறவும் ஒவ்வொரு கண்ணாடியே

பக்கவாதத்தில் விழுந்து கிடக்கும் தன் நண்பரைப் பற்றிக் கேட்கிறார் ஒருவர். அவருக்கு ஏதாவது உதவ வழியிருக்கிறதா என்று தெரிந்து கொள்ள ஆர்வமாக இருக்கிறார். அந்த மனிதர் சந்நியாசியாக வேண்டும் என்று ஓஷோ அறிவுறுத்துகிறார். மேலும் தொடர்ந்து பேசுகிறார்...

நாள் முழுவதும் அங்கு இங்கு நகர முடியாமல் படுத்துக்கிடந்தால் உங்கள் அடிமனதில் நடக்க வேண்டும் ஓட வேண்டும் இயங்க வேண்டும் என்ற தணியாத ஆசையிருக்கும். ஏனென்றால் இயக்கம்தான் வாழ்க்கை. இயக்கத்தைவிட முக்கியமானது எதுவும் இல்லை. பாறைகளால் நகர முடியாது. அவற்றில் உயிர் இல்லை. பாறைகளைவிடக் கொஞ்சம் மேலே இருக்கின்றன மரங்கள். மரங்களில் கொஞ்சம் இயக்கம் இருக்கிறது. என்றாலும் அவை தங்கள் வேரோடு கட்டுண்டு கிடக்கின்றன. விலங்குகள் நிலத்தோடு கட்டுண்டு கிடப்பதில்லை. அதனால் அவை இன்னும் சுதந்திரமாக உலாவுகின்றன.

மனிதன் அதிகபட்ச உயிர்ப்புடன் இருக்கிறான். அவன் நிலத்தோடும் கட்டுண்டு கிடப்பதில்லை. விலங்குகளைப் போல் பொருள்களோடும் கட்டுண்டு கிடப்பதில்லை. அவனுடைய உணர்வு நிலையே பூரண சுதந்திரம்தான். வானமே அவனுக்கு எல்லை. அதனால் மனித வாழ்க்கைக்கு இயக்கம் மிகவும் அவசியம்.

உங்களுக்குப் பக்கவாத நோய் வந்துவிட்டால் அந்த நோயே உங்களால் அங்கும் இங்கும் நகர முடியாது என்று இருப்பத்துநான்கு மணி நேரமும் உங்கள் மனதிற்கு அறிவுறுத்திக்கொண்டே இருக்கும். மீண்டும் மீண்டும் உங்களால் நகர முடியாது என்ற எண்ணம்தான் உங்கள் மனதில் தோன்றிக்கொண்டிருக்கும். மீண்டும் மீண்டும்

உங்களுக்கு நீங்களே 'என்னால் நகரமுடியாது' என்று சொல்லிக் கொண்டிருப்பீர்கள். இப்படிச் சொல்லிக் கொண்டிருப்பது உங்கள் பக்கவாத நோயுடன் சேர்ந்து வேலை செய்து உங்களை முடக்கிப் போட்டுவிடும். இதற்கு நேரெதிர் திசையில் ஏதாவது செய்ய வேண்டும்.

உங்கள் நண்பரால் நகர முடியாது என்று தோன்றும்போது அவர் தன் கண்களை மூடிக்கொண்டு தன் கற்பனையில் நீண்ட தூரம் நடக்க வேண்டும். இல்லை, ஓட வேண்டும்..

அப்படிக் கற்பனையாக நடை பயிலும்போது மழை பெய்வதாகவும் நினைக்க வேண்டும். மழைத்துளிகள் அவர்மேல் விழுந்து அவர் முற்றிலும் நனைந்துவிட்டதாக நினைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதில் சூட்சுமம் என்னவென்றால் எல்லாப் புலன்களும் இந்தக் கற்பனையில் பங்குகொள்ள வேண்டும். முகர்தல், தொடுதல், பார்வை, கேட்டல், சுவைத்தல் - எல்லாமே அந்தக் கற்பனையில் இருக்க வேண்டும். இது ஓர் அற்புதமான சிகிச்சையாக இருக்கும்.

உங்கள் நண்பருக்கு நடனமாடப் பிடித்திருந்தால் இன்னும் நல்லது. நடனமாடுவது என்பது பக்கவாத நோயின் நேரெதிர் துருவம். நடனமாடத் தெரியாதவர்கள் அனைவருக்குமே ஐம்பது சதவிகிதம் பக்கவாத நோய் வந்திருக்கிறது என்றுதான் சொல்லுவேன். இயக்கமற்ற நிலை பக்கவாதம் என்றால் இயக்கம் மட்டுமே இருக்கும் நிலை நடனம். ஒருவன் உண்மையிலேயே உயிர்ப்புடன் இருக்க வேண்டுமென்றால் அவன் நடனமாட வேண்டும்.

நடனமாடும் ஒருவனைப் பார்ப்பதே ஆனந்தம். திடீரென்று இயக்கத்தின் பேருவகையை நீங்கள் உணர்கிறீர்கள். அந்த இயக்கம் துடிப்புள்ளதாக, மென்மையாக, நம் மனதைத் தொடுவதாக இருக்கிறது. புவியீர்ப்பு விதிகள் செயல்படவில்லையோ என்றுகூடச் சில சமயம் நம்மை ஐயப்பட வைக்கிறது. அவன் ஒரு தேர்ந்த ஆட்டக்காரனாக இருந்தால் அவனுக்குப் பறக்கும் சக்தி இருக்கிறதோ என்றுகூட நீங்கள் சந்தேகப்படுவீர்கள்.

நிஜின்ஸ்கி என்ற மிகப்பெரிய ஆட்டக்காரன் இருந்தான். அவன் நடனமாடும்போது குதிப்பதைப் பார்த்தால் அது சாதாரண மனித முயற்சிக்கு அப்பாற்பட்டதுபோல் தோன்றும். அவனை

ஆராய்ந்த விஞ்ஞானிகள் புவியீர்ப்பு விதிகள் இருக்கும்போது அவ்வளவு உயரமாகக் குதிப்பது முடியாத காரியம் என்று சாதித்தார்கள். 'உன்னால் எப்படி அவ்வளவு உயரம் குதிக்க முடிகிறது?' என்று நிஜின்ஸ்கியிடம் கேட்டார்கள்.

'எனக்கு ஒன்றும் தெரியாது. குதித்தல் என்ற அந்த இயக்கம் வரும்போது நான் அங்கு இல்லை. அந்த சமயத்தில் என்னால் பறக்கக்கூட முடியும் என்று தோன்றும்.' என்று சொன்னான் அந்த நடனக் கலைஞன்.

அவன் அவ்வளவு உயரம் குதிப்பது ஓர் அதிசயம் என்றால் அவன் மீண்டும் தரையிறங்குவது அதைவிட அதிசயம். மேலே போட்ட கல் கீழே விழுவதுபோல் அவன் கீழிறங்க மாட்டான். ஒரு காய்ந்த இலை மரத்திலிருந்து கீழே விழுவதுபோல் மெதுவாகக் கீழே இறங்குவான். புவியீர்ப்புச் சக்தியைக் கேலி செய்வது போல் இருக்கும் அவனுடைய நடனம்.

ஒருவனுக்குப் பக்கவாத நோய் வந்து பத்து வருடங்கள் படுக்கையில் கிடப்பான். இனிமேல் அவனால் வாழ்நாள் முழுவதும் நடக்க முடியாது என்று துண்டைத் தாண்டிச் சத்தியம் செய்திருப்பார் மருத்துவர். திடீரென்று அவன் வீடு தீப்பிடித்து எரியும். எல்லாரும் வெளியே ஓடுவதைப் பார்ப்பான். பக்கவாதம் வந்தவனும் தன் நோயை மறந்து பயத்தில் எழுந்து வெளியே ஓடுவான்.

அவன் ஓடுவதை மற்றவர்கள் பார்ப்பார்கள். அவர்களால் அதை நம்பவே முடியாது. 'இது சாத்தியமில்லை. உன்னால் ஓட முடியாது' என்று சொல்வார்கள். அப்போதுதான் தான் செய்ய முற்பட்டது என்னவென்று அவனுக்குத் தெரியும். அவன் கீழே விழுவான். அதன்பின் அவனால் நடக்க முடியாது.

பக்கவாதம் வந்தவர்களை வசியம் செய்ய முடியும். அந்த வசிய நிலையில் அவன் நடக்க ஆரம்பிப்பான். அப்படியென்றால் உடலில் குறை இல்லை என்றுதானே அர்த்தம்? தன்னால் நடக்கமுடியும் என்ற நம்பிக்கையை அவன் இழந்துவிட்டான். அதுதான் பிரச்சினை.

அவனிடம் இதையெல்லாம் சொல்லுங்கள். நானும் என்னால் இயன்றதைச் செய்து பார்க்கிறேன்.

என் வாழ்க்கையை அச்சம்தான் அரசாண்டு கொண்டிருக்கிறது. நீங்கள் எனக்கு உதவ முடியுமா?

(ஓஷோ சிரிக்கிறார்) நான் நிச்சயம் உதவுகிறேன். அதற்குத்தானே இங்கே இருக்கிறேன். ஒவ்வொருவருடைய வாழ்க்கையையும் அச்சம்தான் அரசாண்டு கொண்டிருக்கிறது. வாழ்க்கையை வாழ இரண்டே இரண்டு வழிகள்தான் இருக்கின்றன. ஒன்று அன்பு. இன்னொன்று அச்சம். பொதுவாக நீங்கள் அன்பாக வாழக் கற்றுக் கொள்ளவில்லையென்றால் அச்சம்தான் உங்கள் வாழ்க்கையைச் செலுத்தும் சக்தியாக இருக்கும்.

அன்பில்லாத நிலையில் அச்சம் இருக்கும். அன்பற்ற நிலையே அச்சம். அச்சத்தில் நேர்மறையான எதுவும் இல்லை. உங்களால் அன்பு காட்ட முடிந்தால் அச்சம் இருக்காது. அன்பு இருக்கும் இடத்தில் மரணம் கூட இருக்காது.

ஒரே ஒரு சக்திதான் மரணத்தையும் வெற்றி கொள்ள முடியும். அந்த சக்திதான் அன்பு. எல்லா பயமும் மரணத்தைப் பற்றியதுதான். மரணத்தை வெல்ல அன்பினால் மட்டுமே முடியும்.

உங்கள் பயத்திற்கு அதிக முக்கியத்துவம் கொடுக்காதீர்கள். பின் அதுவே சுய-வசியமாகி உங்களை ஆக்கிரமித்துக் கொள்ளும். 'நான் பயப்படுகிறேன். என் வாழ்க்கையை அச்சம்தான் அரசாண்டு கொண்டிருக்கிறது' என்று சொல்லிக் கொண்டேயிருந்தால், எல்லாமே பயம் என்று தோன்றினால் நீங்கள் பயத்திற்குக் கை கொடுத்துத் தூக்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

பயம் உங்கள் வாழ்க்கையை அரசாண்டு கொண்டிருக்கிறது என்றால் என்ன பொருள்? அந்த பயம் மறையும் அளவிற்கு உங்கள் அன்பு வலிமை கொண்டதாக இல்லை என்று புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

பயம் ஒரு நோயின் அறிகுறி. பயம் என்பதே ஒரு நோயல்ல. பயத்திற்குச் சிகிச்சை கிடையாது. சிகிச்சையும் தேவையில்லை. ஆனால் அது ஓர் அறிகுறி. பயனுள்ள அறிகுறி. ஏனென்றால் அது நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையை வீணாக்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதைச் சுட்டிக் காட்டுகிறது. இன்னும் அதிகமாக அன்புகாட்டுங்கள் என்ற முக்கியமான செய்தியை அந்த அறிகுறி சொல்கிறது.

அதனால் நான் அச்சத்தைப் பற்றிப் பேச மாட்டேன். நீங்கள் இன்னும் அதிகமாக அன்புகாட்ட நான் உதவி செய்வேன். உங்கள் அன்பு அதிகமானால் பயம் தன்னால் ஓடிவிடும். அதைவிட்டுவிட்டு நீங்கள் உங்கள் பயத்தைப் போக்க முயற்சி செய்தால் பயம் இன்னும் வலிவுடையதாகும். உங்கள் மொத்த கவனமும் உங்கள் அச்சத்தின் மேல்தான் இருக்கும்.

ஒருவன் இருட்டை ஒழித்துக்கட்ட வேண்டும் என்று கங்கணம் கட்டிக் கொண்டு வேலை பார்த்தானாம். எந்த நேரமும் இருட்டை எப்படி ஒழிப்பது அதை எப்படி வேரோடு அழிப்பது என்று சதா இருட்டைப் பற்றியே சிந்தித்துக் கொண்டிருந்தானாம். அவனால் இருட்டைப் போக்கவே முடியவில்லை. காரணம் இருட்டு என்பது ஒரு தனிப்பட்ட பொருள் அல்ல. இருட்டு என்று எதுவும் இல்லை. ஒளியற்ற நிலையே இருட்டு. இருட்டு இருப்பதைக் கண்டால் உடனே அந்த இடத்திற்கு ஒளியைக் கொண்டுவந்தால் இருட்டு போய்விடும்.

உங்கள் பயத்தை எதிர்த்துப் போரிடப் பயன்படுத்தும் அதே சக்தியை உங்கள் மனதில் அன்பை வளர்க்கப் பயன்படுத்தலாம். அன்பின்மேல் இன்னும் அதிகக் கவனம் செலுத்துங்கள். அடுத்தவரைத் தொட நேர்ந்தால் இன்னும் அன்புடன் தொடுங்கள். உங்கள் கையையே உங்கள் ஆன்மாவாகக் கற்பனை செய்து கொண்டு தொடுங்கள். நீங்கள் அந்தக் கை வழியாக அவருடைய உடலுள் பாய்ந்து கொண்டிருப்பது போல் கற்பனை செய்து கொண்டு தொடுங்கள்.

உண்மையிலேயே உங்கள் கையின் வழியாக சக்தி பாய்வதை நீங்கள் உணர்வீர்கள். ஒரு வெப்பம் ஒரு தகதகப்பை நீங்கள் உணர்வீர்கள். உடலுறவு கொள்ளும்போது நாகரிகத்தை எல்லாம் மறந்துவிட்டதுபோல் செயல்படுங்கள். காட்டாற்று வெள்ளம் போல் பாயுங்கள். அன்பைப் பற்றி உங்களுக்குக் கற்பிக்கப்பட்ட பாடங்களை எல்லாம் மறந்துவிட்டு விலங்குகள் போல் நடந்து கொள்ளுங்கள்.

அன்பு உள்ளே வருவதும் அச்சம் வெளியே போவதும் ஒரே நிகழ்வு என்பதை உணர்ந்தபின் உங்களுக்கு எந்த பிரச்சினையும் இல்லை. அடுத்த ஆறு வாரங்களுக்கு எந்த அளவிற்கு

உங்களால் அன்பைக் காட்ட முடியுமோ அந்த அளவிற்கும் மேலே காட்டுங்கள். சரியா? உங்கள் பயம் பறந்து போய்விடும்.

என் தலையில் ஓர் அழுத்தம் இருக்கிறது. தலையில் ஏதோ தசைப்பிடிப்பு வந்துவிட்டது போல் தோன்றுகிறது. நான் அன்பானவன் இல்லை. என்னைப் பற்றி எனக்கே ஒரு நல்ல அபிப்ராயம் இல்லை.

தலையினுள்ளே அழுத்தமும் இறுக்கமும் இருக்கலாம். அன்புதான் வடிகால். நீங்கள் அன்பு காட்டும்போது நெகிழ்வாக இருப்பீர்கள். அன்பு இல்லாத சமயத்தில் அழுத்தம் இருக்கும். உங்களுக்குள் ஒரு சக்தி இருக்கிறது அதை நீங்கள் அடுத்தவருடன் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டும் என்ற செய்தியைத்தான் உங்கள் அழுத்தம் சொல்கிறது. அந்த உபரி சக்தியை நீங்கள் பகிர்ந்து கொள்ளவில்லையென்றால் அது கொஞ்சம் கொஞ்சமாகச் சேர்ந்து தலைவலியைக் கொடுத்துவிடும். நீங்கள் அதிகமாகப் பகிர்ந்து கொள்ளக் கொள்ள உங்களுக்குள் இன்னும் அதிகமாக சக்தி தோன்றும்.

நான் ஒரு கவிஞனின் வாழ்க்கையைப் பற்றிப் படித்துக் கொண்டிருந்தேன். அவன் குடியிருந்த வீடு மிகவும் பழையது. இருநூறு வருடங்களாக இருந்த வீடு. அதில் எந்த நவீன வசதிகளும் இல்லை. மின்சாரம், தண்ணீர் வசதி என்று எதுவும் இல்லை. அந்த வீட்டில் ஓர் அழகான கிணறு இருந்தது. அந்தக் கிணற்றின் நீர் எப்போதும் தூய்மையாக புதிய தன்மையுடன் இருக்கும்.

அந்த ஊருக்கு மின்சாரம் வந்தவுடன் அந்த கிணற்றை மூடிவிட்டார்கள். தேவைப்பட்டால் மீண்டும் திறந்து கொள்ளலாம் என்று விட்டுவிட்டார்கள். பதினைந்து வருடம் கழித்து அந்தக் கவிஞன் தன்னுடைய ஆர்வக் கோளாறினால் அந்தக் கிணறைத் திறந்து பார்த்தான். அது ஒரு சொட்டுத் தண்ணீர் கூட இல்லாமல் சுக்காகக் காய்ந்திருந்தது. அந்த வட்டாரத்திலேயே மிகவும் பழைமையான கிணறு அதுதான். அதுவரை அந்தக் கிணறு காய்ந்ததேயில்லை. அந்த ஊரில் உள்ள மற்ற கிணறுகள் எல்லாம் வரண்டபோது கூட அந்தக் கிணறில் நீர் இருந்தது. ஊர் மக்கள் அந்தக் கிணறிலிருந்து நீர் எடுத்துக் கொள்வார்கள்.

ஆனால் இப்போது ஒரு சொட்டு நீர்கூட இல்லாமல் காய்ந்து விட்டது. அந்தக் கவிஞனுக்கு ஒன்றும் புரியவில்லை. அந்தத் துறை வல்லுனர்களை அழைத்துக் கேட்டான். ஒரு கிணற்றிலிருந்து நீர் இரைக்காமலேயே இருந்துவிட்டால் அந்தக் கிணறு விரைவில் காய்ந்துவிடும் என்று அவர்கள் சொன்னார்கள். இரைக்காத கிணறில் இருக்கும் சிறிய ஊற்றுக்கண்கள் நாளடைவில் மூடிக்கொண்டு விடும் என்று விளக்கினார்கள். இருக்கும் தண்ணீர் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக ஆவியாகிக் கிணறு காய்ந்துவிடும் என்று சொன்னார்கள். ஒவ்வொரு நாளும் கிணறு தனது நீர்வளத்தை மற்றவர்களுக்குப் பகிர்ந்து கொடுத்தேயாக வேண்டும். அப்போதுதான் அதன் ஊற்றுக் கண்களிலிருந்து நீர் சுரந்து கொண்டேயிருக்கும்.

இந்தக் கோட்பாடு மனித சக்திக்கும் பொருந்தும். ஒவ்வொரு மனிதனும் சக்தியால் நிரம்பியிருக்கும் ஒரு கிணறு. அடுத்தவரிடம் அன்பு காட்டுவது என்றால் என்ன பொருள்? உங்கள் கிணற்றுக்குள் யாரோ ஒரு வாளியையும் கயிறையும் இறக்கி நீர் இறைக்கிறார்கள் என்றுதானே பொருள்? அதனால் உங்கள் அன்பைப் பங்கிட்டுக் கொடுப்பதில் கஞ்சனாக இருக்காதீர்கள். உங்கள் கிணற்றிலிருந்து அன்பென்னும் நீர் நிதமும் இறைக்கப்படாவிட்டால் உங்கள் கிணறு விரைவிலேயே காய்ந்துவிடும். அதன்பின் நீங்கள் இறுக்கமாகி விடுவீர்கள். உங்களைச் சுற்றிச் செத்த சருகுகள் சூழ்ந்துகொண்டு உங்கள் அன்பென்னும் ஊற்றுக்கண்ணையே அடைத்துவிடும்.

உங்களுக்கு அன்பைப் பகிர்ந்தளிக்கப் பயமாக இருக்கிறது. எங்கே கொடுத்தால் உங்கள் கிணறு வற்றிவிடுமோ என்று அஞ்சுகிறீர்கள். அப்போது பகிர்ந்தளித்தல் இன்னும் குறைகிறது. கிணறு மேலும் வற்றுகிறது. ஒரு தீமைச் சுழலில் மாட்டிக் கொள்கிறீர்கள்.

உங்கள் எண்ணத்தின் அடிப்படையே தவறு. மனதில் இறுக்கம் தோன்றினால் இருப்பதைப் பகிர்ந்து கொடுங்கள். யாராவது ஒரு முகம் தெரியாத அன்னியனிடம்கூட அன்பைக் கொடுங்கள் சொல்லப்போனால் எல்லாருமே அன்னியர்கள்தான். சில அன்னியர்களை உங்களுக்குப் பல வருடங்களாகத் தெரியும். சிலரைப் பல மாதங்களாகத் தெரியும். சிலரைச் சில நாட்களாகத்

தெரியும். சிலரை இப்போதுதான் சந்தித்திருப்பீர்கள். என்றாலும் எல்லாருமே அன்னியர்கள்தான்.

உங்களுடன் பல வருடங்களாக வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் உங்கள் கணவர்கூட ஒரு வகையில் உங்களுக்கு அன்னியர்தான். இரண்டு அன்னியர்கள் ஒரு கூரையின் கீழ் சேர்ந்து வாழ்கிறார்கள். போகப் போகப் பழக்கம் ஏற்படுகிறது. அவ்வளவுதான்.

ஓடுங்கள். இருப்பதைப் பகிர்ந்து கொடுங்கள். கஞ்சத்தனம் காட்டாதீர்கள். நான் உங்களைக் கவனித்துக் கொண்டு வருகிறேன். உங்கள் கஞ்சத்தனம் கூடிக்கொண்டே போவது போல் தோன்றுகிறது. உங்கள் மனதில் அன்பு இருந்தால்தான் உங்களுக்கு உங்களையே பிடிக்கும். உங்கள் அன்பினால் வேறு யாருக்காவது உங்களைப் பிடித்தால்தான் உங்களுக்கு உங்களையே பிடிக்கும்.

ஒவ்வொரு உறவும் ஒரு கண்ணாடி. அது உங்களையே உங்களுக்குக் காட்டுகிறது. ஒவ்வொரு உறவும் உங்கள் இதயத்தின் அடியாழத்தில் இருக்கும் ஏதோ ஒன்றை வெளிக்கொண்டு வருகிறது. அப்படி ஒன்று இருப்பதே அதுவரை உங்களுக்குத் தெரியாமல் இருந்திருக்கும். அதுபோல் மனிதனுக்குள் எண்ணிறந்த உணர்வுகளும் தன்மைகளும் இருக்கின்றன. அவற்றை வெளிக்கொணர ஆயிரக்கணக்கான உறவுகள் தேவைப்படுகிறது. அப்பா, அம்மா, சகோதரன், சகோதரி, கணவன், மனைவி, தோழி என்று பல்வேறுபட்ட உறவுகளும் வேண்டும். உங்கள் ஆன்மாவின் ஒவ்வொரு மூலையில் இருக்கும் உங்களை வெளிக்கொணர ஆயிரம் ஆயிரம் உறவுகள் தேவை. அப்போதுதான் உங்களுக்கு இருக்கும் ஆயிரம் ஆயிரம் முகங்களும் உங்களுக்குத் தெரியும்.

அப்படி ஆயிரம் உறவுகள் இருந்தாலும் உங்களைப் பற்றி உங்களுக்கு முழுமையாகத் தெரியாது. இந்த ஆயிரம் ஆயிரம் கண்ணாடிகள்கூட உங்களை முழுமையாகக் காட்டாது. நீங்கள் முடிவின்மையின் உருவம். இந்த உலகில் இருக்கும் அனைத்துக் கண்ணாடிகளாலும் உங்களை முழுமையாக வெளிப்படுத்த முடியாது.

பகிர்ந்து கொடுங்கள். பகிர்தல் மட்டுமே உங்கள் வாழ்க்கையின் சட்டமாக இருக்கட்டும். கஞ்சத்தனத்துடன் வாழ்வது பாவம். என்னைப் பொறுத்தமட்டில் கஞ்சனாய் இருப்பவன்தான் மகாபாவி.

நாம் இங்கே இருக்கப் போவது சிலகாலம்தான். அந்தக் கொஞ்சகாலத்தில் ஏன் கஞ்சத்தனத்துடன் இருக்க வேண்டும். சொல்லுங்கள். அனைத்தையும் பகிர்ந்து கொடுங்கள். கொடுப்பதை முழுமனதுடன் இதயபூர்வமாகக் கொடுங்கள். அதைப் போல் பலமடங்கு தன்னால் வரும். நீங்கள் இது வேண்டும் என்று கேட்க வேண்டியதில்லை. அது தன்னிச்சையாக வரும். இருப்புநிலையின் மொத்தமும் உங்கள் அன்பை எதிரொலிக்கும்.

ஒரு மாதம் முயற்சி செய்து பாருங்களேன். பகிர்ந்து கொடுத்து வாழ்ந்து பாருங்களேன். அப்போதுதான் நீங்கள் உங்களையே நேசிப்பீர்கள். மற்றவர்களை நேசித்தால் உங்களையும் நேசிப்பீர்கள். மற்றவர்களை நேசிக்காவிட்டால் உங்களால் உங்களையும் நேசிக்க முடியாது.

இப்போதெல்லாம் நான் இன்னும் லேசானது போல் உணர்கிறேன். இன்னும் உயரே போவது போல் தோன்றுகிறது. எந்தச் சூழ்நிலையிலும் முழுமையாக இருக்கிறேன். மனதில் ஒரு நல்ல உணர்வு ஏற்படுகிறது. ஆனால் எப்படியோ நான் என் பழைய நிலைக்கு இறங்கி வந்துவிடுகிறேன். இதை எப்படிச் சமாளிப்பது என்று தெரியவில்லை.

நிலைமையைச் சமாளிக்க முயற்சிக்காதீர்கள். ஏற்றுக்கொள் ளுங்கள். உள்ளது உள்ளபடியே ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். அது மேலே போகும்போது நீங்களும் மேலே போங்கள். அதை நீங்கள் கீழே இறக்கும் போது அதையும் முழுமனதாக ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். அதன் போக்கில் குறுக்கிட வேண்டாம்.

சிகரத்துக்குச் செல்வதையும் ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள். பள்ளத்தில் விழுவதையும் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். அது உயர்வோ தாழ்வோ அதைப் பற்றிக் கவலைப்படாமல் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். வேறு யாருக்கோ அது நடப்பதுபோல் சற்றுத் தள்ளி நின்றபடி ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். அதன்பின் அது தன்னால் மறைந்துவிடும்.

ஏதாவது முயற்சி செய்து கொண்டேயிருந்தால் அது மறையாது. இங்கே முயற்சி உதவாது. உங்கள் ஆன்மிக வளர்ச்சியில் சில இடங்களில் உங்கள் முயற்சி பயன்படும் சில இடங்களில் அது பயன்படாது. இந்த இடத்தில் முயற்சி நிச்சயமாகப் பயன்படாது.

ஒரு மாதம் நடப்பதையெல்லாம் ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள். உங்கள் உயரங்கள் இன்னும் உயரமாவதைப் பார்ப்பீர்கள். உங்கள் பள்ளத்தாக்குகள் இன்னும் ஆழமாவதைப் பார்ப்பீர்கள். இப்போது உங்களால் இரண்டையுமே அனுபவிக்க முடியும்.

நீங்கள் சிகரத்தை மட்டும் அனுபவித்தால் பின் பள்ளத்தாக்கை யார் அனுபவிப்பதாம்? நீங்கள் பகலை மட்டும் சந்தோஷமாக அனுபவித்தால் பின் இரவை யார் அனுபவிப்பதாம்? பகல்தான் எல்லாம் என்று கருத்துவெறி கொள்ளாதீர்கள். இரவையும் பகலையும் ஒன்று போல் அனுபவிக்கக் கற்றுக்கொள்ளுங்கள். வாழ்க்கையில் நெகிழ்வுத்தன்மை மிகவும் அவசியம். விருப்பு வெறுப்பற்ற நிலையில் பகலையும் இரவையும் எதிர்கொள்ளுங்கள்.

என்னால் விருப்பு-வெறுப்பற்ற நிலையில் இருக்க முடியாது. அந்த நிலையில் நான் என்னைக் காயப்படுத்திக்கொள்கிறேன்.

இல்லை. மாறாக விருப்பு வெறுப்பற்ற நிலையில்லாமல் இருந்தால்தான் உங்களை நீங்களே காயப்படுத்திக் கொள்வீர்கள். ஒருமாதம் விருப்பு வெறுப்பற்ற நிலையில் இருந்துதான் பாருங்களேன். இதை நீங்கள் அனுபவித்துப் பார்த்தால்தான் நான் சொல்வது உங்களுக்குப் புரியும். இவை எல்லாம் வந்து போகும் மனநிலைகள். அதனால் பாதிக்கப்படாமல் நீங்கள் உங்களுக்கு நடப்பதைப் பார்த்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும். எல்லாமே நன்றாகத்தான் நடக்கிறது. இது போன்ற நிலை எல்லாருக்கும் வருகிறது.

ஒரு புதிய மாறுபட்ட சூழ்நிலையை என்னால் கையாள முடியவில்லை. பயம் வந்துவிடுகிறது.

அதை நீங்கள் கையாள வேண்டாம். விளைவுகளில் விருப்பு வெறுப்பு இல்லாமல் இருங்கள் போதும். சூழ்நிலை எப்படியிருந்தாலும் சரி. அது உங்களை எங்கே அழைத்துச் சென்றாலும் சரி, அதற்காகக் கவலைப்படாதீர்கள். நடப்பது நல்லதோ தீயதோ அதை அப்படியே ஏற்றுக்கொண்டு மேலே என்ன ஆகிறது என்பதைக் கவனியுங்கள்.

○

இருபதாம் நாள்

அன்புதான் வழி

ஒரு பெண் தான் மேலை நாடுகளில் இருந்தபோது யோகா பயிற்சி செய்ததாகச் சொல்கிறாள்.

நல்லது. நீங்கள் இப்போது தியானத்தில் ஈடுபடத் தயாராக இருக்கிறீர்கள். யோகா மட்டுமே போதாது. அது உங்களை வேறு ஒன்றிற்குத் தயார்நிலையில் வைத்திருக்கும்.

யோகா உங்கள் உடலையும் மனதையும் தயார்ப்படுத்தும் என்பது உண்மைதான். ஆனால் எதற்காகத் தயார்நிலையில் இருக்கிறீர்களோ அதைச் செய்யாமல் தொடர்ந்து ஆயத்தப்படுத்திக் கொண்டேயிருப்பது ஆபத்தானது. அது உங்களுக்கு ஒருவிதமான கருத்து வெறியைத்தான் கொடுக்கும்.

இது இந்தியாவில் பலருக்கு ஏற்பட்டிருக்கிறது. ஒரு பெரிய பயணத்திற்குச் செல்ல ஏற்பாடுகளைச் செய்து கொண்டேயிருக் கின்றனர். ஆனால் அந்தப் பயணத்தைத் தொடங்குவதில்லை. பயணத்தைத் தள்ளிப் போட்டுக்கொண்டே போகிறார்கள். ஆனால் தொடர்ந்து தங்களைத் தயார்ப்படுத்திக் கொண்டேயிருக்கிறார்கள். யோகா நல்லது, முக்கியமானது மிகத் தேவையானதும் கூட. ஆனால் அதுமட்டும் போதாது. நீச்சல் அடிப்பவர்கள் நீரினுள்ளே தாவ வைத்திருக்கும் பலகையைப் போன்றது யோகா. அதன்மேல் ஒன்றும் செய்யாமல் நின்று கொண்டேயிருப்பதால் பயனில்லை. அதிலிருந்து தண்ணீருக்குள் குதிக்க வேண்டும்.

உங்களால் இந்தியாவில் எவ்வளவு நாள் இருக்க முடியும்? ஆன்மிக வளர்ச்சி தேவை என்று நினைத்தால் சில மாதங்களாவது நீங்கள் இந்தியாவில் இருக்க வேண்டும். உங்களால் வளர முடியும் என்று எனக்குத் தோன்றுகிறது. நீங்கள் வளரத் தயாராக இருக்கிறீர்கள். ஆனால் உங்களிடம் கொஞ்சம் பயம் இருக்கிறது. என்ன பயம்?

கொஞ்சம் கண்களை மூடிக்கொள்ளுங்களேன். நான் உங்களிடம் ஓடும் சக்தியை உணரமுடியுமா என்று பார்க்கிறேன்.

(அவள் கண்களை மூடிக்கொள்கிறாள். ஓஷோ அவள்மேல் தன் கையில் உள்ள விளக்கிலிருந்து சிறு ஒளியைப் பாய்ச்சும்போது சத்தம் வராமல் விம்முகிறாள்)

நல்லது. உங்களிடம் சக்தி இருக்கிறது. நல்ல சக்தி. ஆனால் நீங்கள் செய்ய வேண்டியது ஏதோ இருக்கிறது. ஏதாவது கேள்வி இருக்கிறதா?

எனக்கு சந்நியாசம் என்றால் என்னவென்று புரியவில்லை. என்றாலும் நான் சந்நியாசம் வாங்கிக் கொள்ள விரும்புகிறேன்.

சந்நியாசம் வாங்கிக்கொண்டால் அது என்னவென்று புரிந்துவிடும். இரண்டு வகையான மனிதர்கள் இருக்கிறார்கள். ஒரு சாரார் சந்நியாசம் என்றால் என்னவென்று புரிந்துகொண்ட பிறகுதான் சந்நியாசம் வாங்கிக்கொள்கிறார்கள். மற்றொரு சாரார் சந்நியாசம் வாங்கிக்கொண்டு அதைப் புரிந்து கொள்ள முயற்சி செய்கிறார்கள். இரண்டாவது வகையே சிறந்தது. நான் உங்களுக்கு சந்நியாசம் வழங்கட்டுமா? அப்போது நீங்கள் புரிந்து கொள்வீர்கள்.

(அந்தப் பெண்மணி தலையை ஆட்டுகிறார்)

நல்லது. மார்க்க ப்ரேம். அதுதான் நான் உங்களுக்குச் சூட்டும் புதிய பெயர். மார்க்கம் என்றால் வழி. ப்ரேம் என்றால் அன்பு. அன்பின்வழி. அன்புதான் வழி.

உங்கள் மனதில் இன்னும் அன்பை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். அதுதான் உண்மையான யோகப் பயிற்சி. மனதில் அன்பு மீதூறும்போது யோகா உங்கள் உடலையும் தாண்டி அப்பால் செல்லும். இல்லாவிட்டால் அது வெறும் உத்தியாகவே இருக்கும். அதனை அன்பாக மாற்றுங்கள்.

இப்போதே தியானம் செய்யத் தொடங்குங்கள். விரைவிலேயே உங்கள் மனதில் அந்தக் கேள்வி வரும். அது வரும்போது உடனே என்னிடம் வாருங்கள். சரியா?

நான் ஒரு போலி ஆசாமியோ என்று தோன்றுகிறது. எனக்கு உண்மையாகவே மாற வேண்டும் என்ற எண்ணம் இல்லை. நான் எனக்குள்ளே ஆழமாகப் பார்க்கிறேன். சூழ

லுக்குத் தக்கவாறு என்னை மாற்றிக் கொள்வது. சூழ்நிலையை எனக்குச் சாதகமாக ஆக்கிக் கொள்வது. எப்போதும் என்னைப் பாதுகாத்துக்கொள்வது - இவைதான் என்னுள்ளே இருக்கின்றன.

அது பற்றிய விழிப்புணர்வு ஏற்பட்டிருப்பது நல்லது. இதுவரை நீங்கள் இப்படித்தான் என்பது உங்களுக்கே தெரியாது. இல்லையா? அதனால் இது ஒரு நல்ல உள்ளுணர்வு. இனிமேல் எல்லாம் மாறத் தொடங்கும்.

சூழ்ச்சித் திறத்துடன் செயலாற்ற முயல்கிறீர்கள் என்று உங்களுக்குத் தெரிந்துவிட்டால் அதன் அஸ்திவாரம் மறைந்துவிடுகிறது. சூழ்ச்சியால் எந்தப் பயனும் இல்லை. சூழ்ச்சியின் மூலம் வெற்றி பெற்றால் அதனால் எந்த லாபமும் இல்லை. தோல்வியடைந்தால் வெறுப்பும் விரக்தியுமே மிஞ்சும். முடிவு எப்படியிருந்தாலும் மிஞ்சுவது என்னவோ வெறுப்புதான்.

விழிப்புணர்வு இல்லாமல் இருந்தால்தான் உங்களால் தொடர்ந்து சூழ்ச்சியைக் கையாள முடியும்.. அது உணர்வின்மையால் வரும் நிகழ்வு. அன்பின் பெயரால் நீங்கள் சூழ்ச்சிகள் செய்யலாம். அடுத்தவருக்கு உதவுகிறேன் பேர்வழி என்று உங்களுக்குச் சாதகமாகச் செயல்படலாம். ஒழுங்கு நடவடிக்கை எடுக்கிறேன் என்று சூழ்நிலையைச் சாதகமாக்கிக் கொள்ளலாம். சூழ்ச்சி தொடர்ந்து கொண்டேயிருக்கும். ஆனால் அது ஒளிந்து கொள்ள ஒரு நல்ல பெயர் தேவை. அன்பு - அடுத்தவருக்கு உதவுதல் - ஒழுக்கம் - இப்படி ஒரு சாக்கு தேவை.

உண்மையை உணரத் தொடங்கும்போது நீங்கள் ஒரு போலி என்பதை உணர்வீர்கள். ஆனால் நீங்களே உங்களைப் போலி என்று உணர்ந்து கொண்டது ஒரு மகத்தான உள்ளுணர்வு. அதை விட்டுவிட்டு ஒரு நேர்மையான மனிதராக உடனே ஆக வேண்டும் என்று நான் சொல்லவில்லை. நீங்கள் போலி என்ற விழிப்புணர்வுடன் தொடர்ந்து இருந்தால் அது கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மறையும்.

ஒன்று உண்மையில்லை என்று தெரிந்தபின் அதனுடன் வாழ்வது நடக்காத காரியம். உண்மையில்லாதது போயே ஆக வேண்டும். அதனால் இந்த உள்ளுணர்வைக் குறித்து எதுவும்

செய்யாதீர்கள். ஏனென்றால் நீங்கள் செய்வது எல்லாமே போலியாகத்தான் இருக்கும். ஒரு சூழ்ச்சியாகத்தான் இருக்கும்.

நீங்கள் போலி என்று தெரிந்து கொண்டு அதை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். முழு உணர்வோடு போலியாக இருங்கள். போலியாக இருக்க வேண்டும் என்று நீங்களே முயற்சி செய்யும்போது. சூழ்ச்சித்திறத்தால் மற்றவர்களை உங்களுக்குச் சாதகமாகப் பயன் படுத்திக்கொள்ள வேண்டும் என்று தெரிந்தே முயற்சி செய்யும்போது உங்களால் அப்படி செய்யமுடியாது என்பதை உணர்வீர்கள்.

எனக்கு சந்தோஷமாக இருக்கிறது. இது நல்ல உள்ளுணர்வு. முக்கியமானதும் கூட. உங்களுக்குள் இருக்கும் வியாதியைத் துல்லியமாகக் கண்டுபிடித்துவிட்டீர்கள். ஆன்மிக உலகத்தில் நோயைக் கண்டுபிடிப்பதுதான் மொத்தச் சிகிச்சையுமே. வேறு நோய் நீக்கல் முறைகள் தேவையில்லை.

இதை மறந்துவிடாதீர்கள். சூழ்ச்சி செய்வதை விட்டுவிடுங்கள் என்று சொல்லவில்லை. ஆனால் உங்கள் மனதின் செயல்பாடுகளை உற்றுக் கவனியுங்கள். அதை மாற்ற முயற்சிக்காதீர்கள். அதனுடன் இருங்கள். உங்கள் மனதுடன் மூன்று நாட்கள் இருப்பதே கடினமான ஒரு செயல்தான். ஆனால் இதைச் செய்தேயாக வேண்டும். இதைக் கடந்துதான் மேலே போக வேண்டும். நல்லது.

என் மனம் தொடர்ந்து அடுத்தவர்களை எடை போட்டுக்கொண்டேயிருக்கிறது. முக்கியமில்லாத சின்னச் சின்ன விஷயங்களையே என் மனம் நாடுகிறது.

அடுத்தவரை எடை போட வேண்டும் என்று தோன்றும்போது நீங்கள் சுவாசிக்கும் முறையை மாற்றுங்கள். உடனே உங்களுக்குள் ஒரு மாற்றம் உண்டாகும். அடுத்தவர்களை மதிப்பீடு செய்வது மறைந்துவிடும்.

மனதில் இருக்கும் பலநாள் பழக்கத்தை மாற்ற விரும்பினால் நன்றாகச் சுவாசிப்பதுதான் சிறந்த வழி. மனதின் எல்லாப் பழக்கவழக்கங்களும் சுவாசிக்கும் முறையை ஒட்டியே இருக்கிறது. சுவாசிக்கும் முறையை மாற்றுங்கள். மனம் உடனே மாறிவிடும்.

அடுத்தவரை மதிப்பீடு செய்யும் உந்துதல் வரும்போது உடனே மூச்சை வெளியே விடுங்கள். உங்கள் தீர்ப்பையும் அதனுடன் சேர்த்து வெளியே எறிந்துவிடுவதாகக் கற்பனை

செய்து கொள்ளுங்கள். மூச்சுக்காற்றைத் தீர்க்கமாக வெளியே விடுங்கள். உங்கள் வயிறை எக்கிக்கொண்டு வேகமாக சுவாசத்தை வெளியே விடுங்கள். உங்கள் மதிப்பீடுகளும் அந்தக் காற்றுடன் வெளியே போவதாகக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள்.

அதன்பின் நல்ல காற்றை இரண்டு மூன்று முறை தீர்க்கமாக உள்ளே இழுங்கள். என்ன நடக்கிறது என்று பாருங்கள். உங்களுக்குள் ஒரு புத்துணர்வு ஏற்படும். பழைய பழக்கவழக்கங்கள் உங்களை ஆட்கொள்ளாது.

சுவாசத்தை வெளியே விடுவதுதான் இந்தப் பயிற்சியின் ஆரம்பம். உள்ளே இழுப்பது அல்ல. ஒரு நல்ல பழக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டுமென்றால் முதலில் சுவாசத்தை உள்ளே இழுத்துப் பயிற்சியைத் தொடக்க வேண்டும். ஒரு கெட்ட பழக்கத்தை விட வேண்டுமென்றால் சுவாசத்தை வெளியே விட்டுப் பயிற்சியைத் தொடக்க வேண்டும். இதனால் மனதில் உடனே மாற்றங்கள் வருவதைப் பார்ப்பீர்கள்.

இதைப்பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள். கவலைப்படுவது இதற்கு இன்னும் அதிகமாக அழுத்தத்தைத்தான் கொடுக்கும். நான் சொன்னபடி செய்தால் மனம் மதிப்பீடு செய்வதை விட்டுவிட்டு வேறு எங்காவது செல்வதை உணர்வீர்கள்.

உங்கள் மனதில் ஒரு புதிய தென்றல் வீசத் தொடங்கும். உங்கள் மனம் பழைய வழித்தடத்தில் இல்லை. அதனால் பழைய பழக்கங்கள் உங்களை ஆட்டிவைக்காது. இந்தப் பயிற்சியை எல்லாப் பழக்கங்களுக்கும் செய்யலாம்.

உதாரணமாக நீங்கள் புகைப்பிடிக்கும் பழக்கத்தை நிறுத்த விரும்பினால் சுவாசத்தை வேகமாக, தீர்க்கமாக வெளியே விடுங்கள். புகைப்பிடிக்க வேண்டும் என்ற அந்த உந்துதலையும் அதனுடன் விடுவதாக உருவகப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். மீண்டும் நல்ல காற்றை உள்ளே இழுக்கும்போது அந்த உந்துதல் மறைந்துவிட்டதை உணர்வீர்கள்.

ஆன்மிக மாற்றத்திற்கு இது ஒரு வலிமையான கருவி. முயற்சி செய்துதான் பாருங்களேன்.

○

இருபத்து ஒன்றாம் நாள்

இங்கே இருங்கள்
இன்பமாக இருங்கள்

ஓஷோவின் முன்னிலையில் ஓர் ஆங்கிலேயப் பெண் அமர்ந்திருக்கிறாள். இங்கிலாந்து நாட்டைச் சேர்ந்த ஓர் ஓஷோ-சந்நியாசியிடம் தனக்குள்ள உறவைப் பற்றி அவள் ஏற்கனவே ஓஷோவிற்குக் கடிதம் எழுதியிருக்கிறாள். அந்த சந்நியாசியும் அங்கே இருக்கிறார்.

நான் உங்கள் கடிதத்தைப் படித்தேன். உங்கள் மனதில் இருக்கும் சலனம் புரிகிறது. இப்படியா அப்படியா என்று தீர்மானிக்க முடியாமல் தவிப்பதைப் புரிந்துகொண்டேன். முக்கியமான ஏதாவது ஒன்றைச் சந்திக்க நேர்ந்தால் மனம் எப்போதுமே தயங்கும். தன்னைவிட முக்கியமான ஒன்றால் தனக்கு ஆபத்து வந்துவிடப்போகிறதே என்று மனம் பயப்படத்தான் செய்யும். இது மனிதனின் இயற்கை.

மனம் தன்னுடைய சூழ்ச்சித்திறத்தால் அனைத்தையும் அடக்கியாள நினைக்கிறது. ஆனால் சில விஷயங்களை மனதால் கட்டுப்படுத்த முடியவில்லை... அதனால் அப்படிப்பட்ட விஷயங்களை மனம் அறவே தவிர்க்கிறது.

அன்பு என்பது மனதைவிட மகத்தானது. மனதைவிடப் பெரியது. மனதைவிட உயர்ந்தது. மனதின் பிடிக்கு அப்பாற்பட்டது. மனதால் புரிந்துகொள்ள முடியாதது. மனதைப் பொறுத்தமட்டில் அன்பு என்பது ஓர் அபத்தமான உணர்வு. காரண-காரிய உலகில் அன்பிற்கு எந்த முகாந்தரமும் இல்லை என்பதுதான் மனதின் கோட்பாடு. மனிதர்கள் அறிவுடன் இருந்துவிட்டால் அன்பிற்கு அங்கு வேலையே இருக்காது. மனிதர்கள் அறிவுக்குப் புறம்பாக நடந்துகொள்வதால்தான் அன்பு சாத்தியமாகிறது. ஒரு மனிதன் அறிவின் சொரூபமாக இருந்துவிட்டால் அவனுக்கு இதயமே

இருக்காது. அவன் உள்ளேயே சுருங்கிவிடுவான். அவன் பாறையைப் போன்றவன். அவனிடம் உயிர்ப்பு இருக்காது.

இப்போது பிரச்சினை என்னவென்று புரிகிறதல்லவா? - அன்பு உண்டாகிவிட்டது. ஆனால் மனம் இன்னும் தயக்கம் காட்டுகிறது. அன்பை எப்படித் தட்டிக்கழிக்கலாம் என்று உங்கள் மனம் திட்டம் தீட்டத் தொடங்கிவிட்டது. அன்பே தேவையில்லை என்றுகூட மனம் உங்களை நம்பவைத்துவிடும். அந்த வல்லமை மனதிற்கு உண்டு.

அறிவுக்குப் புறம்பான அனைத்திற்கும் அதே கதிதான். ஒரு கோணத்தில் பார்த்தால் நமது வாழ்க்கையே அறிவுக்குப் புறம்பானதுதான். இருப்புநிலையே அபத்தம்தான். நாம் ஏன் இருக்கிறோம் என்பதற்கு அறிவுபூர்வமான காரணம் எதுவும் இல்லை. திடீரென்று நாம் இருக்கிறோம். ஒருநாள் இல்லாமல் போய்விடுகிறோம். எல்லாமே ஒரு மாயையைப் போல் இருக்கிறது.

என் ஆலோசனை - இதை ஆலோசனை என்றுதான் சொல்கிறேன். அறிவுரை என்று சொல்லவில்லை. காரணம் நீங்கள் என் சந்நியாசி இல்லை. நீங்கள் என் சந்நியாசியாக இருந்தால் நான் உங்களுக்குக் கட்டளை இட்டிருப்பேன் (அனைவரும் சிரிக்கிறார்கள்) - இதுதான். மனம் சொல்வதைக் காதில் போட்டுக் கொள்ளாதீர்கள். ஆழமாக நேசியுங்கள்.

உங்களிருவரையும் பார்த்தபின் சொல்கிறேன். உங்களிடையே நல்ல பொருத்தம் இருக்கிறது. வெகு சில தம்பதியினரிடம்தான் இந்தப் பொருத்தம் காணப்படும். அது உங்களிடம் இருக்கிறது. கிடைத்த வாய்ப்பை நழுவ விடாதீர்கள்.

மனதை ஒதுக்கி வையுங்கள். நீங்கள் காதலிக்கிறீர்கள் என்பது உண்மைதான். ஆனால் ஒரு முணுமுணுப்புடன் அதைச் செய்கிறீர்கள். ஓர் அடி முன்னால் எடுத்து வைக்கிறீர்கள் பிறகு ஓர் அடி பின்னால் எடுத்து வைக்கிறீர்கள். உங்கள் காதலன் அருகில் செல்கிறீர்கள். ஆனால் எந்த நேரமும் பின்வாங்கத் தயாராக இருக்கிறீர்கள்.

அது உண்மைதான்.

அந்தப் பின்வாங்குதல் உங்களை உண்மையான காதலை அனுபவிக்கவிடாமல் தடுக்கிறது. காதலுக்கு உங்களை நீங்கள் முழுமையாகக் கொடுத்தால்தான் அதை அனுபவிக்க முடியும். மொத்தத்தையும் கொடுக்க வேண்டும். இல்லாவிட்டால் காதலிக்கவே கூடாது.

நீங்கள் இப்படியே இந்த இரண்டுங்கெட்டான் நிலையில் இருந்தால் அதுவே உங்கள் பழக்கமாகிவிடும். உங்களையும் அறியாமல் இதையே இயந்திரம் போல் செய்துகொண்டிருப்பீர்கள். நாம் நேசிக்கிறோமா இல்லையா என்ற சந்தேகம் உங்களுக்கு வந்துவிடும். நீங்கள் அரைமனதுடன் காதலித்தால் அது விருப்பத்தோடுதான் சேர்த்தி. ஒருவரை விரும்புவதில் எந்த மகாத்மியமும் இல்லை. அதில் நேசத்தின் தீவிரம் இல்லை.

காதலில் விழுவது ஆபத்தானதுதான். அது எனக்கு நன்றாகத் தெரியும். ஏனென்றால் நீங்கள் வேறு ஒருவரின் பிரதேசத்தில் நுழைகிறீர்கள். உங்கள் அதிகாரத்தை இழக்கிறீர்கள். நீங்கள் உங்கள்வசத்தில் இருக்கமாட்டீர்கள். உங்கள் அகந்தைக்குப் பழக்கப்பட்டுப்போன தன்னிறைவு போய்விடும்.

நீங்கள் உங்கள் அதிகாரத்தை இழக்கும் அதே நேரத்தில் அந்த வேறொருவரும் தன் அதிகாரத்தை இழக்கிறார் என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். நீங்களும் வேறு ஒரு மனிதரும் சேர்ந்து வாழ்கிறீர்கள் அங்கே ஆண் பெண்ணிடம் அடிமையாவதில்லை. பெண் ஆணிடம் அடிமையாவதில்லை. இருவருமே பரஸ்பர அன்பிற்கு அடிமையாகிறார்கள். இருவருக்கும் இடையே இருக்கும் ஏதோ ஒன்றுக்கு அடிமையாகிறார்கள். இருவரும் வளம் பெறுகிறார்கள். யாரும் எதையும் இழப்பதில்லை.

இதுவரை ஏனோதானோவென்று வெட்டியாகத் தனி வாழ்க்கை வாழ்ந்து கொண்டிருந்தீர்கள். அந்த வாழ்க்கையை உதறித்தள்ளுங்கள். இந்த வாய்ப்பை நழுவவிடாதீர்கள். எந்த உறவிற்கும் ஒரு சரியான நேரம் சரியான மனிதர் தேவைப்படுகிறார்கள். அதெல்லாம் கண்முன்னே இருக்கிறது. பின் ஏன் இன்னும் தயக்கம்?

நீங்கள் தொடர்ந்து தேடிக்கொண்டேயிருக்கலாம். ஆனால் மீண்டும் ஒருமுறை சரியான நேரத்தில் சரியான மனிதரைக் காண்பீர்களா என்று யாராலும் சொல்லமுடியாது.

அவர் உங்களைக் காதலிக்கிறார். உங்களிடையே எந்த பந்தமும் வேண்டாம். சட்டரீதியான ஓர் உறவு தேவையில்லை. நான் திருமணத்தை ஆதரிப்பதில்லை. அதற்குத் தேவையில்லை. திருமணத்தால் ஏற்படும் உறவைவிடப் புனிதமானது மனமொருமித்த காதலால் ஏற்படும் உறவு.

குழந்தைகள் பற்றி ...

முதலில் எந்த அளவிற்கு முடியுமோ அந்த அளவிற்கு ஆழமாகக் காதலிற்குள் செல்லுங்கள். அதுவரை குழந்தைகள் வேண்டாம். அபரிமிதமான காதல் பொங்கிவழிவதன் விளைவாகக் குழந்தைகள் உருவாக வேண்டும். இல்லாவிட்டால் குழந்தைகள் வேண்டாம்.

ஓர் ஆணும் பெண்ணும் உடல்ரீதியாக சேர்ந்ததினால் ஏற்படும் உபரி பொருள்களாகப் பிறக்கும் குழந்தைகள் சாதாரணக் குழந்தைகளாக இருப்பார்கள்.

மனமொருமித்த தம்பதியர் காதலில் உயர உயரச் செல்லும்போது அவர்கள் இருவர் அல்லர் ஒருவர்தான் என்ற நிலை உண்டாகும். அவர்களிடையே இருக்கும் எல்லைகள் மறையும். அந்த நிலையில் அவர்களுக்குக் குழந்தைகள் பிறக்குமேயானால் அவை சாதாரணக் குழந்தைகளாக இருக்கமாட்டார்கள். அவர்கள் உடலுறவின் விளைவாக வந்தவர்கள் அல்லர். அன்பின் ஆளுமையில் ஜனித்தவர்கள். அவர்களுக்குள்ளே ஓர் ஆழமான ஓர் அழுத்தமான இசைவு இருக்கும்.

உங்களிடம் போதிய விழிப்புணர்வு இருந்தால் ஒரு குழந்தையைப் பார்த்தவுடனேயே அது உடலுறவினால் விளைந்ததா இல்லை தூய அன்பினால் விளைந்ததா என்று கண்டுபிடித்துவிடலாம். தூய்மையான அன்பில் விளைந்த குழந்தையிடம் ஒரு வித்தியாசமான ஒளி இருக்கும். அதனிடம் தோன்றும் அதிர்வுகளும் வித்தியாசமாக இருக்கும். ஏனென்றால் இரண்டு இதயங்களின் சங்கமத்தை அந்தக் குழந்தை தன் வாழ்க்கை முழுவதும் பறைசாற்றிக் கொண்டேயிருக்கும்.

அப்படித் தூய காதலினால் ஒரு குழந்தை பெற முடிந்தால் அது நீங்கள் இந்த உலகிற்குக் கொடுக்கும் பரிசு. வெறும்

உடலுறவினால் உருவான குழந்தையைப் பெற்றால் உலகத்தின் ஜனத்தொகையில் ஒன்று கூடும். அவ்வளவுதான்.

ஆழமான தூய அன்பின் காரணமாக நீங்கள் ஒரு குழந்தையைப் பெற்றால் உங்களுக்குள் இன்னொன்றும் ஜனனமாகும் - தன்னிகரற்ற தாய்மை.

குழந்தை பெற்ற பெண்கள் அனைவரும் தாயாவதில்லை. தாயாக வேண்டுமானால் உங்கள் இதயம் மலர்ச்சி பெற்றிருக்க வேண்டும். பல பெண்கள் குழந்தை பெற்றிருக்கிறார்கள். ஆனால் வெகு சில தாய்மார்களே இருக்கிறார்கள். தாய்மை என்பது ஓர் அபூர்வமான இசைவு. ஒரு பிரத்தியேகமான அனுபவம்.

ஒரு பெண்ணிடம் உண்மையிலேயே தாய்மை உணர்வு வந்துவிட்டால் - தாயாக குழந்தை பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்பதில்லை அந்த உணர்வே போதுமானது - அவள் ஞானியாகிவிடுகிறாள். அவள் ஞானத்திற்கு வேறு எதுவும் தேவையில்லை. அவள் ஒரு புத்தனாகிறாள்.

முதலில் நேசியுங்கள். குழந்தைகளைப் பற்றிக் கவலைப் படாதீர்கள். குழந்தை பற்றிய நினைப்பு வந்துவிட்டால் நீங்கள் திருமணத்தைத் திட்டமிடத் தொடங்குவீர்கள். எல்லாமே ஒரு சமுதாயச் சடங்காகிவிடும்.

முதலில் ஒருவரை ஒருவர் ஆழமாக நேசியுங்கள். அதே சமயம் ஒருவருக்கு ஒருவர் பூரண சுதந்திரத்தைக் கொடுங்கள். அடுத்தவரை அடக்கியாள நினைக்காதீர்கள். அடுத்தவரை உங்கள்மேல் ஆதிக்கம் செலுத்த அனுமதிக்காதீர்கள். அடுத்தவர் பூரணமாக மலரத் தேவையான இடத்தையும் காலத்தையும், கொடுங்கள். எந்த அளவிற்கு முடியுமோ அந்த அளவிற்குப் பகிர்ந்தளியுங்கள். பகிர்ந்தளித்தல் மூலமாக ஒரு நுட்பமான முறையில் அடுத்தவர்மேல் சொந்தம் கொண்டாடலாம். அதில் அடக்கியாளுதல் என்பது இருக்காது. பகிர்ந்தளித்தல் மூலம் நீங்கள் சொல்லும் செய்தி இதுதான்: “எனக்கு உன்னை நன்றாகத் தெரியும். உன்னை நம்பலாம் என்பதும் எனக்குத் தெரியும்.”

தியானம் செய்யுங்கள். காதல் செய்யுங்கள். ஒருநாள் உங்கள் மனம் அன்பால் நிரம்பி வழிவதை உணர்வீர்கள். அந்த அபரிமிதமான அன்பைப் பகிர்ந்து கொள்ள இன்னொரு ஜீவன் இருந்தால் நன்றாக இருக்குமே என்று ஏங்குவீர்கள். உங்கள் நிறைவைப் பகிர்ந்து கொடுக்க இன்னொரு உயிர் இருந்தால் சிறப்பாக இருக்குமே என்று எண்ணுவீர்கள். அந்த நேரத்தில்தான் நீங்கள் குழந்தை பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அதற்கு முன்னால் அல்ல. அன்பில் பூரணமாக வளர்வதற்கு முன் குழந்தைகள் வேண்டாமே! அப்படி அனைவரும் குழந்தைக்காகக் காத்திருந்தால் எல்லாக் குழந்தைகளும் அன்பின் அபரிமிதத்தில் ஜனித்தால் இந்த உலகம் ஒரு பூலோக சொர்க்கமாக இருக்கும்.

உங்கள் குடும்பம் உங்களை இன்னும் ஆட்டிவைத்துக் கொண்டிருக்கிறது என்று நினைக்கிறேன்.

முற்றிலும் உண்மை.

கொஞ்சம் கொஞ்சமாக நீங்கள் உங்கள் குடும்பத்திலிருந்து விலகிச் செல்ல வேண்டும். அவர்களை நேசிக்க வேண்டாம் என்று நான் சொல்லவில்லை. விலகிச் செல்வதும் நேசிப்பதின் ஒரு பரிமாணம்தான் என்பதை நீங்கள் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

ஒரு தாய் ஒரு குழந்தையைப் பெறுகிறாள். குழந்தை பிறந்தவுடன் அது அவளிடம் இருந்து விலகிச் செல்கிறது. அவளுக்குள்ளேயே அவளோடு அவளாக இருந்த அந்தக் குழந்தை இப்போது வெளியில் இருக்கிறது. பிறந்தவுடன் தொப்புள் கொடியையும் அறுத்துவிடுகிறார்கள்.

பின் அந்தக் குழந்தை தாயின் மார்பில் உயிர்ப்பால் அருந்துகிறது.. சிலகாலம் கழித்து அவள் மார்பைவிட்டும் விலகிச் செல்கிறது. இன்னும் வளர்ந்தவுடன் வீட்டை விட்டு விலகி வெளியே விளையாடச் செல்கிறது. அதன்பின் இன்னும் விலகிப் பள்ளிக்குச் செல்கிறது. கல்லூரிக்குச் செல்கிறது. வேலைக்குச் செல்கிறது. அதன்பின் அந்தக் குழந்தை வீட்டிற்கு வரும்போது வித்தியாசமான மனிதனாக இருக்கிறது. இப்போது வளர்ந்து பெரியமனிதனாகிவிட்டது.

அவன் ஒரு பெண்ணைக் காதலிக்கத் தொடங்கும்போது தன் தாயிடமிருந்து அதிகபட்ச தூரம் விலகிச் சென்றுவிடுகிறான். இன்னும் சொல்லப்போனால் ஒரு குழந்தை வளர்ந்து தன் காதலன் அல்லது காதலியைத் தேர்ந்தெடுக்கும்போதுதான் அதன் உண்மையான ஜனனம் நிகழ்கிறது. அப்போதுதான் அது தாயின் கருப்பையிலிருந்து முழுமையாக வெளியே வருகிறது.. அதற்கு முன்னால் தாயின் கருப்பை ஆயிரத்தியோரு வழிகளில் அந்தக் குழந்தையைச் சூழ்ந்து கொள்கிறது.

ஒவ்வொருவரும் தங்கள் குடும்பத்தை விட்டு வெளியே வர வேண்டும். இல்லாவிட்டால் அவர்கள் முழுமையடைய மாட்டார்கள். பக்குவமான மனிதர்களாக இருக்க மாட்டார்கள். தன் குடும்பத்திற்கு முழுமையான மனிதனாகத் திரும்பிவர முதலில் அந்தக் குடும்பத்தைவிட்டு வெளியே செல்ல வேண்டும். நீங்கள் ஒரு முழுமனிதராக மலர்ந்தபின் உங்கள் குடும்பத்திற்குத் திரும்பிச் செல்ல வேண்டும். அதன்பின் நீங்கள் உங்கள் தாய் - தந்தை சகோதர சகோதரிகளை நேசிக்கலாம். நீங்கள் தனிமனிதனாக முழுமை பெற்ற பிறகுதான் உங்கள் குடும்பத்தாரை உண்மையாக நேசிக்க முடியும். நீங்கள் நீங்களாவதற்குமுன் உங்கள் குடும்பத்தை நேசிக்க முடியாது.

இன்றைய பிரச்சினை இதுதான். ஒரு குடும்பம் குழந்தையின்மேல் ஆதிக்கம் செலுத்துகிறது. குழந்தை எங்கே குடும்பத்தை விட்டு விலகிச் சென்றுவிடுமோ என்று பயப்படுகிறது. அதனால் பல நுட்பமான வழிகளில் அந்தக் குழந்தையை அடக்கியாள நினைக்கிறது. அந்தக் குழந்தை அந்த ஆதிக்கத்தைத் தன் மனதின் அடியாழத்திலிருந்து வன்மையாக எதிர்க்கிறது. அதனால் கடைசிவரை அந்தக் குழந்தையால் தன் குடும்பத்தை மனமார நேசிக்க முடிவதில்லை.

சுதந்திரமாக இருக்கும் ஒருவன்தான் நிஜமாக நேசிக்க முடியும். ஒரு குழந்தை சுதந்திரம் பெற்ற மனிதனாக வளர்ந்தால்தான் குடும்பத்தின் கடமை பூர்த்தியாகும்.

அதனால் உங்கள் இதயம் சொல்வதைக் கேளுங்கள். நீங்கள் வளர்ந்துவிட்டீர்கள். உங்கள் இதயம் உங்களை உங்கள் வழியில்

போகச் சொல்கிறது. அந்த வழியில் இருக்கும் அபாயங்களைப் பற்றிக் கவலைப்பட வேண்டாம் என்றும் சொல்கிறது.

உங்கள் காதலன் ஒரு நாடோடி. நாடெங்கும் அலைந்து திரிபவன். நிலையான இருப்பிடம் இல்லாதவன். ஆனால் அவன் ஓர் அழகான நாடோடியல்லவா?

ஒரு பெண் தன் காதலனுடன் போட்ட சண்டையைப் பற்றிச் சொல்கிறாள்.

உங்களுக்கென்று சில பைத்தியக்காரத் தருணங்கள் இருப்பதைப் போல் உங்கள் காதலனுக்கும் உண்டு என்பதை நீங்கள் உணர வேண்டும். அப்படிப்பட்ட ஒரு பைத்தியக்காரத் தருணத்தில் உங்கள் காதலன் பேசிய வார்த்தைகள் அவை என்பதையும் உணர வேண்டும்.

ஒவ்வொருவரையும் சிறிது நேரமாவது பைத்தியமாக இருக்க அனுமதிக்க வேண்டும். உங்கள் பைத்தியக்காரத் தருணங்களை நீங்கள் எளிதாகப் புரிந்துகொள்கிறீர்கள். ஆனால் உங்கள் காதலனுடைய அத்தகைய தருணங்களைப் புரிந்து கொள்ள மறுக்கிறீர்கள்.

அவன் ஏன் அப்படியெல்லாம் பேசுகிறான்? நீங்கள் அவனைத் தொடர்ந்து காயப்படுத்திக் கொண்டேயிருக்கிறீர்கள். அதில் அவன் வெறுத்துப் போய்விட்டான். அதில் ஒன்றும் வியப்பில்லையே? தொடர்ந்து காயப்பட்டுக்கொண்டேயிருந்தால் யாருக்குத்தான் வெறுப்பு வராது?

நீங்கள் தெளிவு பெறும்போது உங்கள் காதலனுக்குக் கிறுக்குப் பிடித்துவிடுகிறது. உங்களுக்குக் கிறுக்குப் பிடித்தபோது செய்ததை எல்லாம் அவன் செய்யத் தொடங்குகிறான். அவனுடைய எதிர்மறைத்தன்மை வெளியே வருகிறது. நீங்கள் பகலில் இருக்கும்போது அவன் இரவில் இருக்கிறான். அவனுடைய பகல் உங்களுடைய இரவு.

அகந்தையின் விளையாட்டுக்களைக் கவனியுங்கள். அவனுக்கு உடலுறவில் நாட்டம் இல்லை என்று சொன்னதால் உங்கள்

அகந்தை காயப்பட்டுவிட்டது. மனதின் அடியாழத்தில் ஒரு பெண் தன்னை செக்ஸ் உறவோடு அதிகமாக சம்பந்தப்படுத்திக் கொள்கிறாள். ஒரு பெண்ணை ஓர் ஆண் நாடும்போது அவனுக்கு உடலுறவில்தான் நாட்டம் என்று முடிவு செய்துவிடுகிறாள். ஓர் ஆண் எனக்கு செக்ஸ் வேண்டாம் என்று சொல்லும்போது அவன் தன்னைத்தான் நிராகரிக்கிறான் என்று தவறாகப் புரிந்து கொள்கிறாள்.

இந்த முரண்பாட்டைக் கவனியுங்கள். எந்த ஆணாவது எனக்கு உன்னிடம் செக்ஸ் வேண்டும் என்று சொன்னாலும் ஒரு பெண் காயப்படுகிறாள். 'உங்களுக்கு என் உடம்புதான் வேண்டும். நான் இல்லை.' என்று அங்கலாய்க்கிறாள்.

'எனக்கு செக்ஸில் விருப்பம் இல்லை. எனக்கு நீதான் வேண்டும்.' என்று ஆண் சொல்லும்போதும் ஒரு பெண் காயப்படுகிறாள். என்னைத் தேடி வரும் ஆண் என் மூலமாக செக்ஸ் உறவில் நாட்டம் கொள்ள வேண்டும் என்று ஒரு பெண் விரும்புகிறாள். பெண்களின் மனதில் இருக்கும் குழப்பம் இதுதான்.

என்னிடம் தினமும் இதுபோல் பலர் வருகிறார்கள். ஆணுக்கு உடலுறவில் நாட்டம் இருக்கிறது. ஆனால் பெண்ணுக்கு இல்லை. அந்தச் சூழ்நிலையில் பெண்ணானவள் 'இவன் தன்னுடைய செக்ஸ் தேவைக்காக என் உடலைப் பயன்படுத்திக் கொள்கிறான். இவனுக்குத் தேவை செக்ஸேயொழிய நானில்லை' என்று நினைக்கிறாள். இந்த நினைப்பினால் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விலகிச் செல்கிறாள். இந்த நிலை தொடர்ந்தால் ஒரு கட்டத்தில் அந்த ஆணுக்கு வெறுப்பு வந்துவிடுகிறது.. உடலுறவில் அவனுக்கு இருக்கும் நாட்டம் போய்விடுகிறது.

இப்போது அந்தப் பெண் வீறு கொண்டு எழுகிறாள். இதுதான் கடைசி வாய்ப்பு. இதனையும் நழுவவிட்டால் அந்த ஆண் அவள் பிடியிலிருந்து நிரந்தரமாகத் தப்பிவிடுவான் என்று அஞ்சுகிறாள். அவனைத் தக்கவைத்துக்கொள்ள அவள் இப்போது செக்ஸ் உறவில் நாட்டம் கொள்கிறாள். ஆனால் இந்த நேரத்தில் ஆணுக்கு உடலுறவில் நாட்டம் இல்லாமல் போய்விடுகிறது.

இதுநாள்வரை நீங்கள் உங்கள் காதலனுடைய அகந்தையைக் காயப்படுத்தினீர்கள். இப்போது அவன் பழிவாங்குகிறான். நீங்கள்

பொருட்களைத் தூக்கியெறிந்திருக்கிறீர்கள். அவனை அசிங்கம் அசிங்கமாகத் திட்டியிருக்கிறீர்கள். பித்துப்பிடித்தவளைப் போல் நடந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். அவன் மனம் அதனால் புண்பட்டது. நீங்கள் இப்போது மீண்டும் அவனைத் தேடிச் செல்வதால் அவன் உங்களைப் பழி வாங்குகிறான். அவனுக்குக் கொஞ்சம் இடைவெளி கொடுங்கள். அவன் சிறிதுகாலம் பித்துப் பிடித்தவனைப் போல் நடந்து கொள்ளட்டுமே. சிறிதுகாலம் சென்றால் அகந்தையின் வெட்டி விளையாடுக்களில் நேரத்தை வீணாக்கிக் கொண்டிருக்கிறோம் என்பதை இருவருமே புரிந்து கொள்வீர்கள்.

திறந்த மனதுடன் உறவு கொள்ளுங்கள். பிரச்சினைகளைப் பேசித் தீர்த்துக் கொள்ளுங்கள். இது ஒரு சாதாரண விளையாட்டு. ஆனால் நீங்கள் இதைப் போட்டுக் குழப்பிக் கொள்கிறீர்கள். இதுவும் மனித அகந்தையின் ஒரு பரிமாணம்தான். ஈறைப் பேனாக்குவதும் பேனைப் பெருமாளாக்குவதும் அகந்தையின் விளையாட்டுத்தான்.

பிரச்சினை சிறிதாக இருந்தால் அகந்தையும் சிறியதாகத்தான் இருக்க முடியும். அதனால் வாதம் புரிந்து, சண்டை போட்டு, திட்டி, பொருட்களை நாசப்படுத்திப் பெரிய பிரச்சினைகளை அகந்தை உருவாக்குகிறது. அப்போதுதான் அகந்தை பெரிதாக இருக்கமுடியும். அது உங்களுக்கு சுகமான உணர்வைக் கொடுக்கிறது. பெரிய பிரச்சினையில் மாட்டிக்கொண்டுவிட்டதாக உங்கள் அகந்தை உங்களை நம்பவைத்துவிடுகிறது. உள்ளபடி ஒன்றுமே இல்லை. நீங்களும் அவனும் சண்டை போட்டுக்கொண்டிருக்கிறீர்கள். அவ்வளவுதான் பிரச்சினை.

அவனுடன் பேசுங்கள். நீங்கள் அவனைப் பற்றிச் சொன்ன தரக்குறைவான வார்த்தைகளைத் திரும்பப் பெற்றுக் கொள்ளுங்கள். சிலகாலம் அவன் உங்களைத் திட்டட்டும். அதனால் அவனுக்கும் பழிவாங்கிவிட்டோம் என்ற நிறைவு கிடைத்துவிடும். அதன்பின் இதையெல்லாம் மறந்துவிட்டு வாழ்க்கையைத் தொடங்குங்கள்.

உங்கள் மனதில் எதிர்மறையான பதிவுகள் கொண்ட ஒரு குறுந்தகடு இருக்கிறது. நீங்கள் சென்ற பாதையிலேயே செல்லும்போது அது தன் பதிவுகளை மீண்டும் மீண்டும் வெளிக்கொண்டு

வருகிறது. அடுத்த முறை அந்தக் குறுந்தகடு ஓடத்தொடங்கும்போது உங்கள் அறைக்கதவைச் சாத்திவிட்டு அமைதியாக அமருங்கள். அந்தக் குறுந்தகட்டிடம் "நீ சொல்வதைச் சரியாகப் பத்து நிமிடங்கள்தான் கேட்பேன். என்ன வேண்டுமானாலும் சொல்லிக்கொள். ஆனால் இந்தப் பத்து நிமிடங்களுக்குப் பிறகு என்னைத் தொந்தரவு செய்யக்கூடாது. உன்னைக் கண்டாலே எனக்கு வெறுப்பாக இருக்கிறது." என்று சொல்லுங்கள்.

உங்கள் காதலனிடம் வெறுப்பைக் காட்டாதீர்கள். எதிர்மறைப் பதிவுகளைத் தாங்கி நிற்கும் அந்தக் குறுந்தகட்டிடம் வெறுப்பைக் காட்டுங்கள். எதிர்மறை எண்ணங்கள் மனதில் மேலோங்கி நிற்கும்போது உங்கள் காதலனைச் சந்திக்காதீர்கள்.

யாருக்குமே அடுத்தவரின் எதிர்மறை எண்ணங்களை அறிந்து கொள்வதில் ஆர்வம் இருக்காது. ஒரு தலையணையை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள் மனதில் இருக்கும் கோபத்தையும் வெறுப்பையும் அதன்மேல் உமிழுங்கள். அதனை அடித்து துவம்சம் செய்யுங்கள், கெட்ட கெட்ட வார்த்தைகளால் திட்டுங்கள். அதன்மேல் அசிங்கம் அசிங்கமாக எழுதுங்கள். அதையெல்லாம் செய்து முடித்துவிட்டுச் சிரித்த முகத்துடன் உங்கள் காதலனிடம் செல்லுங்கள். தலையணையை நீங்கள் எப்படி எல்லாம் சித்திரவதை செய்தீர்கள் என்று உங்கள் காதலனிடம் சொல்லுங்கள். அவன் அதை ரசித்துக் கேட்பான். உங்களைப் புரிந்து கொள்வான்.

இங்கே இருக்கும் அனைவரும் தங்களுடைய மகிழ்ச்சியைத் தேடிக் கொண்டிருக்கிறார்கள். அந்தத் தேடலிற்காக நீங்கள் இருவரும் கூட்டணி அமையுங்கள். ஏன் சண்டை போட வேண்டும்? அதனால் என்ன பயன்? உங்களுக்கு என்ன கிறுக்கா பிடித்திருக்கிறது? உங்களுக்கோ எல்லாம் புரிகிறது. எனக்குக்கூடக் கிறுக்குப் பிடிக்கும் என்று எவன் உணர்கிறானோ அவனே தெளிவான மனதுடையவன். ஒரு பைத்தியத்திடம் போய் 'உனக்குக் கிறுக்குப் பிடித்திருக்கிறது அப்பனே!' என்று சொல்லி அதனை நம்பவைக்க முடியாது. ஆனால் அதை அவன் புரிந்து கொள்வானேயானால் அவன் குணமடைந்து கொண்டிருக்கிறான் என்று பொருள்.

நாம் நமது துன்பநிலையிலிருந்து தொடர்ந்து வளர்ந்து கொண்டிருக்கிறோம். சில நேரங்களில் பித்து பிடித்ததுபோல் இருப்பதில் தப்பில்லை. ஆனால் அதைப் பெரிய பிரச்சினையாக்கி விடாதீர்கள். இங்கே நிறையப் பைத்தியங்கள் இருக்கின்றன. உலகத்தில் இருக்கும் பைத்தியங்களுக்கெல்லாம் இதுதான் சரணாலயம். (எல்லாரும் சிரிக்கிறார்கள்). அதனால் யாரும் நான்தான் இருப்பதிலேயே பெரிய பைத்தியம் என்று இங்கே ஜல்லியடித்துக் கொண்டிருக்க முடியாது.

உங்கள் காதலனிடம் மனம் விட்டுப் பேசுங்கள். உங்கள் காதல் உறவு சீர்பட்டவுடன் நீங்கள் இருவரும் சேர்ந்து வாருங்கள்.

நல்லது. அடுத்து.. .. ..

சில காலமாக எல்லாவற்றையும் விட்டு விலகிப் போய்க்கொண்டிருக்கிறேனோ என்று தோன்றுகிறது. இப்போதெல்லாம் எதன்மேலும் பற்றில்லாமல் இருக்கிறேன். என்னைப் பற்றி நான் நினைத்துக் கொண்டிருப்பது. நான் யார் என்பதைப் பற்றிய என் எண்ணம் - எல்லாவற்றையும் உதறித்தள்ளிக் கொண்டிருக்கிறேன். என்ன நடந்து கொண்டிருக்கிறது என்று எனக்குப் புரியவில்லை. நான் ஒரு திரைப்படத் தயாரிப்பாளர். இதனால் நான் சினிமாப்படம் தயாரிப்பதைத் தலைமுழுகிவிடுவேன் என்று சொல்ல வரவில்லை. நான் இனிமேல் ஒரு கலைஞனாக இருக்க மாட்டேன் என்றும் சொல்லவில்லை. இது என் வாழ்க்கையின் முடிவல்ல. என்றாலும் ஒரு புதிய பாதையில் என் தொழிலில் ஈடுபட என் வாழ்க்கையைத் தொடர்ந்து வாழ இது ஓர் ஆரம்பம் என்று தோன்றுகிறது.

இது முற்றிலும் வேறுபட்ட ஒரு வழியின் ஆரம்பம். உங்கள் வாழ்க்கையில் முதன்முறையாக என்றும் இல்லாதபடி படைப்புத் தொழிலில் ஈடுபடப் போகிறீர்கள். இனிமேல் உங்கள் படைப்புகள் சிறந்ததாக அதிக ஆழம் உடையதாக வரப் போகின்றன.

படைப்புத்தொழிலை இரண்டு வகையில் செய்யலாம். உங்கள் மனதால் செய்வது ஒரு வழி. மனமற்ற நிலையில் செய்வது

மற்றொரு வழி. உங்கள் எண்ணங்கள் மூலமாகச் செய்யலாம். ஆனால் உங்கள் எண்ணங்கள் எல்லாம் இரவல் வாங்கப்பட்டவை என்பதை மறந்துவிடாதீர்கள். இரவல் வாங்கப்பட்ட எண்ணங்களை மூலங்களாக மாற்ற நீங்கள் என்ன பாடுபட்டாலும் பயனில்லை. பழைய சிந்தனைகளை புதியனவாக்க நீங்கள் படும்பாடு வீண். அதிகபட்சம் அவற்றுக்கு வேறு வடிவம் கொடுக்கலாம். ஆனால் அதில் புதிதாக ஒன்றும் உருவாவதில்லை.

நீங்கள் தியானத்தில் தொடர்ந்து ஈடுபட்டு வந்தால் ஒரு கட்டத்தில் தியானத்தைப் பற்றிய சிந்தனையே இல்லாமல் போய்விடும். எண்ணங்களற்ற அந்த சூன்யத்தில் புதிதாக ஒன்று உங்களுக்குள் இருந்து வெடித்துக்கொண்டு கிளம்பும். உங்களிடமிருந்து ஏதோ ஒன்று உருவாகும். அதைப் பார்த்து மற்றவர்கள் ஆச்சரியப்படுவார்கள். ஏன் நீங்களே அதைப் பார்த்துவிட்டு ஆச்சரியத்தில் மூழ்குவீர்கள்.

எல்லாக் கலைஞர்களுக்கும் இந்த உணர்வு உண்டு. ஊடகம் எதுவாக இருந்தாலும் அவர்களிடமிருந்து புதிதாகத் தோன்றிய கலைவடிவத்தை வியப்புடன் பார்ப்பார்கள். அது அவர்களிடமிருந்து தோன்றியது என்று அவர்களாலேயே நம்ப முடியாது. வேறு எங்கிருந்தோ வந்ததுபோல் அவர்களுக்குத் தோன்றும்.

இதுவரை அறிந்திராத சக்தியின் பிடியில் இருக்கிறோம் என்பதை எல்லாக் கலைஞர்களும் ஒரு கட்டத்தில் உணர்ந்திருக் கிறார்கள். அந்த அறிந்திராத சக்தி உங்களுடைய ஆழங்களிலிருந்து தான் ஜனிக்கிறது. ஆனால் அது உங்களுக்குத் தெரியாது. தியானத்தின் நோக்கமே உங்களை அந்த ஆழத்திற்குள் பிடித்துத் தள்ளுவதுதான். அப்போதுதான் மீண்டு வரும்போது புதிதாக எதையாவது கொண்டு வருவீர்கள்.

அதன்பின் முதல் முறையாக மகிழ்ச்சியாக இருப்பீர்கள். பரவசத்தின் பிடியில் இருப்பீர்கள். படைப்பதைவிடப் பேருவகை தரும் செய்கை வேறு எதுவும் இல்லை. படைக்கத் தெரியாதவர்களுக்குப் பரவசம் என்றால் என்னவென்றே தெரியாது. அவர்களால் சாதாரண இன்பங்களைத் துய்க்க முடியும். ஆனால் பேருவகை நிலையை அனுபவிக்க முடியாது. தூய்மையான பேருவகை நிலை படைப்பாளிகளுக்கு மட்டுமே சொந்தமானது.

அதனால் கடந்த காலத்தைப் பற்றி நினைக்காதீர்கள். கடந்த காலம் போய்விட்டது. நான் வழங்கும் சந்நியாசத்தின் தாத்பரியம் அதுதான். கடந்தகாலத்தை விட்டுவிட்டுப் புதிதாக ஒன்றிற்குள் நுழைவதுதான் சந்நியாசம்.

மனிதன் முடிவின்மையின் மறுவடிவம். ஆனால் நாம் நம்மைச் சுற்றி ஒரு சிறிய வட்டத்தைப் போட்டுக் கொண்டு - நமது அன்றாட பழக்க வழக்கங்களைத்தான் சொல்கிறேன் - குண்டுசட்டிக்குள் குதிரை ஓட்டிக்கொண்டிருக்கிறோம். உங்கள் அறையில் நூறு ஜன்னல்கள் இருக்கும்போது ஒரே ஒரு ஜன்னலை மட்டும் திறந்து வைத்துக்கொண்டு ஒரே திசையில் பார்த்துக் கொண்டிருப்பதைப் போல் மடத்தனமான செய்கை இது.

கொஞ்சம் கொஞ்சமாக உங்களுக்குப் பாக்கி 99 ஜன்னல்கள் மறந்து போய்விடும். அந்த ஒரு ஜன்னல்தான் வாழ்க்கை என்று ஆகிவிடும். கிழக்கிலும் அழகு இருக்கிறது. மேற்கிலும் அழகு இருக்கிறது. காலையும் சூரியோதயமும் ஓர் அழகு என்றால் மாலையும் சூரிய அஸ்தமனமும் வேறு ஓர் அழகு. இரண்டுமே தனித்தன்மை வாய்ந்தவை. எல்லா ஜன்னல்களையும் திறந்து வைத்தால்தான் எல்லா வகையான அழகையும் பார்க்க முடியும்.

கடந்தகாலத்தை விட்டுவிடுவது என்பது இதுவரை திறக்காத ஒரு ஜன்னலைத் திறப்பது போலத்தான். கடந்தகாலம் இருக்கும். உங்கள் தேவைக்கு அதைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். ஆனால் அதுமட்டுமே நமது பார்வையின் வழியாக இருக்காது. உங்களிடம் நெகிழ்வுத்தன்மையும் வளைந்து கொடுக்கும் தன்மையும் அதிகமாகும். ஒருவருக்குப் பல பரிமாணங்கள் வந்துவிட்டால் அவர் செயல்களில் பல அடுக்குகளில் அர்த்தம் பொதிந்து இருக்கும். ஒரே ஒரு பரிமாணத்தில் மட்டும் மனதை வைத்தால் ஒரேமாதிரியான பழக்கங்களை மட்டும் வைத்துக் கொண்டிருந்தால் நீங்கள் சுருங்கிவிடுவீர்கள். செய்ததையே திரும்பத் திரும்பச் செய்து கொண்டிருப்பீர்கள்.

பிரபல ஓவியர் பிகாஸோ வரைந்த ஓவியத்தை விலைகொடுத்து வாங்கிய ஒருவரைப் பற்றிப் படித்துக் கொண்டிருந்தேன். அந்த ஓவியம் உண்மையானதா போலியா என்று வாங்கியவருக்குத்

தெரியவில்லை. அதனால் அவர் ஓர் ஓவிய விமர்சகரிடம் அதைக் காட்டி இது நிஜமா போலியா என்று கேட்டார்.

"இது நிஜம்தான் என்று என்னால் துண்டைத் தாண்டிச் சத்தியம் செய்ய முடியும். ஏனென்றால் பிகாஸோ இந்த ஓவியத்தை வரைந்து கொண்டிருந்தபோது நான் அவர் வீட்டில் விருந்தாளியாக இருந்தேன்."

இதையும் மீறி அந்த ஓவியத்தை வாங்கியவர் நேரடியாக பிகாஸோவைப் பார்க்கச் சென்றார். அந்த ஓவியத்தைக் காட்டி இதை வரையும்போது குறிப்பிட்ட விமர்சகர் உங்கள் வீட்டில் விருந்தாளியாக இருந்தாரா என்று கேட்டார்.

"அவர் விருந்தாளியாக இருந்தது என்னவோ உண்மைதான். ஆனால் இந்த ஓவியம் போலி." என்றார் பிகாஸோ.

இந்த மனிதரால் அதை நம்ப முடியவில்லை.

"நீங்கள் இந்தப் படத்தை வரைந்தீர்களா இல்லையா?"

"ஆமாம் நான்தான் வரைந்தேன். ஆனால் நானே பல போலி ஓவியங்களை வரைந்திருக்கிறேன். அதில் இதுவும் ஒன்று."

"எதனால் அப்படிச் சொல்கிறீர்கள்?"

"நான் பழக்க தோஷத்தில் ஏற்கனவே வரைந்த மாதிரியே வரைந்த ஓவியம் இது. இது உண்மையானது இல்லை. என்னைத் தாண்டி இருக்கும் ஒரு சக்தியிடமிருந்து இந்த ஓவியம் வரவில்லை. எப்போதோ செய்ததை மீண்டும் செய்தேன். அதனால் விளைந்தது இது."

நீங்கள் பழைய அமைப்பை விட்டு நகர்ந்தால் பல புதிய வழிகள் தோன்றும். பழையதும் இருக்கும். நீங்கள் ஏற்கனவே கற்ற எதுவும் வீணாகாது. ஆனால் அதிலேயே லயித்துப் போய்விடக்கூடாது.

ஒரு நுட்பமான கோணத்தில் பார்த்தால் நீங்கள் கற்றவை எல்லாமே உங்களில் ஒரு பகுதியாக இருக்கும். ஆனால் அதுவே நீங்களாகிவிடாது. உங்களால் எந்த நேரத்திலும் பழையதிலிருந்து விலகிச் செல்ல முடியும். அதைத் தாண்டியும் செல்ல முடியும்,

அதனை எதிர்த்தும் செல்ல முடியும். அப்போதுதான் உங்களுக்குள் பரிபூரண சுதந்திரம் வந்திருக்கிறது என்று பொருள்.

நல்லது.

எதிர்கொள்ளல் குழுவினர் வந்திருக்கிறார்கள்.

எனக்குப் பாலியல் பிரச்சினைகள் இருக்கின்றன. அவற்றைத் தீர்க்க முற்பட்டால் வேறு பிரச்சினைகள் தோன்றுகின்றன., நான் என்ன செய்வது? பாலியல் பிரச்சினைகளுக்குப் பதிலாக வேறு பிரச்சினைகளை ஏற்றுக் கொள்ளலாமா? இல்லை பாலியல் பிரச்சினைகள் அப்படியே இருக்கட்டும் என்று விட்டுவிடலாமா?

நல்லது. பதட்டப்படாமல் இருங்கள். எதையும் பிரச்சினையாக்கா தீர்கள். தளர்வாக இருங்கள். அவை தன்னால் தீர்ந்துவிடும்.

ஒரு பிரச்சினையைப் பற்றி அளவுக்கு மீறிக் கவலைப்படுவது என்பது உங்கள் உடலில் இருக்கும் புண்ணை நோண்டுவது போன்றது. புண்ணை நோண்டிக்கொண்டேயிருந்தால் அது ஆறாது. பிரச்சினையைப் பற்றிக் கவலைப்பட்டுக் கொண்டேயிருந்தால் அது தீராது.

பிரச்சினை என்று எதுவுமே இல்லை. பிரச்சினை என்பது மனித அகந்தை உருவாக்கிய மாயத் தோற்றம். நம்மால் பிரச்சினை இல்லாமல் வாழமுடியும். ஆனால் நமது அகந்தையால் அதுமுடியாது. அதனால்தான் அது பிரச்சினையைத் தேடி அலைகிறது. பிரச்சினையை உருவாக்குகிறது.

பிரச்சினையை விடுங்கள். சந்தோஷமாக வாழ்க்கையை அனுபவியுங்கள். பிரச்சினைகள் தன்னால் தீர்ந்துவிடும். மகிழ்ச்சியே எல்லாப் பிரச்சினைகளையும் தீர்த்துவிடும். சின்னச் சின்ன விஷயங்களில் மகிழ்ச்சியைத் தேடுங்கள். உண்பது, நடப்பது, பேசுவது, குளிப்பது, நண்பர்களைச் சந்திப்பது, காதலில் விழுவது, வானத்தைப் பார்த்துக்கொண்டு சும்மா இருப்பது – இது போன்ற சின்ன சந்தோஷங்களை அனுபவிக்கக் கற்றுக் கொண்டுவிட்டால் அப்புறம் பிரச்சினைகளைப் பற்றிக் கவலைப்பட நேரமே இருக்காது சக்தியும் இருக்காது. பிரச்சினையும் இருக்காது.

நான் சொல்வது புரிகிறதா? உங்கள் சக்தி சந்தோஷத்தை நோக்கிச் சென்றால் பிரச்சினைகள் தோன்ற வாய்ப்பேயில்லை.

உங்கள் சக்தியை நீங்கள் ஆக்கப்பூர்வமான வழியில் பயன்படுத்தவில்லையென்பதால்தான் பிரச்சினைகளே வருகின்றன. மனிதனுக்கு ஒரு வடிகால் வேண்டும். மனிதன் பகிர்ந்து கொடுத்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டும். அதனால்தான் சொல்கிறேன். இங்கேயே இருங்கள் இன்பமாக இருங்கள்.

வேகமாகப் பேசும் படு உற்சாகமான படு சுறுசுறுப்பான ஓர் இத்தாலியப் பெண்மணி முன்வருகிறார்.

எனக்கு ஆண்களைக் கண்டால் பயமாக இருக்கிறது.

உங்களுக்கா? ஆண்களைக் கண்டால் பயமா? கடவுளே! ஆண்கள் அல்லவா உங்களைப் பார்த்துப் பயப்பட வேண்டும்! (அனைவரும் சிரிக்கிறார்கள்)

எந்தப் பெண்ணும் ஆண்களைப் பார்த்துப் பயப்படுவது கிடையாது. ஆண்கள்தான் பெண்களைப் பார்த்துப் பயப்படுகிறார்கள்.

அப்படியானால் என் மனதில் தோன்றும் உணர்வு என்ன?

அது ஓர் எண்ணம். அவ்வளவுதான். ஒரு பெண்ணைப் பார்த்து ஓர் ஆண் அஞ்சுவதில் அர்த்தம் இருக்கிறது. ஏனென்றால் பாலுறவு கொள்ளும்போது ஆணிடம்தான் முதன்மைச் செயல்பாடு இருக்கிறது. அதைச் சொதப்பிவிடுவோமோ என்று அவன் அஞ்சுவதில் அர்த்தம் இருக்கிறது. அவன் தன் ஆண்மையை நிரூபிக்க வேண்டும். பெண் அப்படியில்லை. பாலுறவில் அவள் பங்கு சாத்வீகமானது. ஆணின் செயல்பாட்டை ஏற்றுக்கொள்வதோடு அவள் பங்கு முடிந்துவிடுகிறது. அவள் தன் பெண்மையை நிரூபிக்கத் தேவையில்லை. அவளுக்கு எப்போதும் வெற்றிதான்.

ஓர் ஆணிற்கு ஒவ்வொரு பெண்ணும் ஒரு நெருக்கடிதான். அந்த நெருக்கடியில் அவன் வெற்றி வீரனாக வெளி வரலாம். இல்லை தோல்வியில் துவண்டு போகலாம். ஓர் ஆண் தன் மனதில் இருக்கும் பயத்தை வெளியில் காட்டிக்கொள்ள மாட்டான்.

தன்னை மிகவும் துணிச்சல்காரனாகக் காட்டிக் கொள்வான். என்றாலும் அவன் மனதின் அடியாழத்தில் பாலுறவில் சொதப்பிவிடுவோமோ என்ற பயம் வேரூன்றியிருக்கும்.

அவனது பயத்தைப் போக்கி அவனுக்கு ஒரு பாதுகாப்பையும் ஓர் உத்தரவாதத்தையும் தர வேண்டியது ஒரு பெண்ணின் கடமை. 'நீ அழகானவன்தான் உன்னை எனக்குப் பிடித்திருக்கிறது.' என்று அடிக்கடி சொல்ல வேண்டும்.

அதனால் நீங்கள் இனிமேல் இதைப் பற்றிக் கவலைப்பட வேண்டாம். சரியா?

இந்தக் குழுவில் இருந்தபோது நான் என் கோபத்தைப் பற்றி ஓரளவு தெரிந்து கொண்டேன். என் உண்மையான தன்மையைப் பற்றியும் இதுவரை தெரியாததைத் தெரிந்து கொண்டேன். இப்போது என் பார்வையே வித்தியாசமாக இருக்கிறது. சாலையில் நடந்து போகிறேன். மரங்களைப் பார்க்கிறேன். எல்லாமே வித்தியாசமாகத் தெரிகிறது.

உங்கள் மனதில் தேங்கியிருந்த எதிர்மறை உணர்வுகள் வெளி யேறும்போது உங்கள் கண்களுக்கு நீங்களாகப் போட்டுக்கொண்டிருந்த திரை விழுவதைப் போன்ற ஓர் உணர்வு ஏற்படும். அதன்பிறகு எல்லாமே இன்னும் அதிக அழுத்தத்துடன் தென்படும்.

அதே வண்ணங்களைத்தான் பார்க்கிறீர்கள். என்றாலும் அவற்றில் இருக்கும் ஒளியும் மினுமினுப்பும் இன்னும் அதிகமாகத் தெரியும். பச்சை என்பது ஒரு நிறமல்ல. பச்சையில் ஆயிரத்தியோரு வகைகள் இருக்கின்றன. உங்களால் அனைத்தையும் பார்க்க முடியும். ஒவ்வொரு ஒலியின் பின்னாலும் ஓர் அற்புதமான இசை கேட்கும். போக்குவரத்து நெரிசலில் ஏற்படும் சத்தம்கூட சங்கீதம் போல் தோன்றும். எதிர்மறை உணர்வுகள் கீழே விழ விழ உலகம் இன்னும் அழகாகத் தெரிய ஆரம்பிக்கும். இதே உலகத்தில் வாழ்ந்து கொண்டிருந்த போதும் இதன் அழகை இதுவரை நீங்கள் ரசிக்காமல் இருந்துவிட்டீர்கள்.

இப்போதாவது தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். உங்கள் இதயத்தைப் பல திரைகள் மூடியிருக்கின்றன. அவை எல்லாம்

கீழே விழ வேண்டும். சினம், பொறாமை, சொந்தம் கொண்டாடுதல், வெறுப்பு.. எவ்வளவு திரைகள். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அவற்றைக் கீழே போடுங்கள். வாழ்க்கை எப்படி வளமாகிறது என்பதைக் கவனியுங்கள்.

நமது வறுமைக்குக் காரணம் நாம்தான். நம்மேல் யாரும் வறுமையைத் திணிக்கவில்லை. நாம் மனது வைத்தால் சக்கர வர்த்திகளாக உலா வர முடியும். என்றாலும் நாம் பிச்சைக்காரர்களாக வலம் வந்து கொண்டிருக்கிறோம்.

O

இருபத்து இண்டாம் நாள்

உங்களை உள்ளபடியே ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்

ஓடியாடி வேலை செய்யவேண்டும் என்ற உங்கள் அறிவுரையை ஏற்றுக்கொண்டபின் நான் இப்போது நலமாக இருக்கிறேன்.

உங்களிடம் அபரிமிதமான சக்தியிருக்கிறது. நீங்கள் அதைச் சரியாகப் பயன்படுத்தவில்லை. இருக்கும் சக்தியை ஆக்கப்பூர்வமாகப் பயன்படுத்தவில்லையென்றால் அது அழிவு சக்தியாகிவிடும். அந்த சக்தி தேக்கநிலையை அடைந்து பின் உங்களைச் சுற்றிப் பாறையால் ஆன ஒரு வலுவான சிறைச்சுவரை எழுப்பிவிடும்.

மக்களில் இரண்டு வகை உண்டு - அபரிமிதமான சக்தி உடையவர்கள், சக்தி குறைவ்ாக உள்ளவர்கள். அதிக சக்தி உள்ளவர்கள் தங்கள் சக்தியைச் சரியாகப் பயன்படுத்தவில்லை யென்றால் பல பிரச்சினைகள் வரும் - கண்ணில் கண்டதையெல்லாம் தாக்கும் குணம், காண்பவர்களிடத்தில் காரணமில்லாத கோபம், வன்முறை, வெறுப்பு, பொறாமை.

சக்தி குறைந்தவர்க்ளின் பிரச்சினைகள் வேறுமாதிரியானவை - சோகம், சோம்பேறித்தனம், எதிலும் பற்றில்லாத ஒரு விட்டேற்றியான போக்கு, சலிப்படையவைக்கும் இழுவையான மனப்பாங்கு. அவர்கள் பிரச்சினையை வேறு வழியில் எதிர்கொள்ள வேண்டும். அவர்களுக்கு உடலையும் மனதையும் நெகிழ்வாக, வைத்திருக்கும் வழிமுறைகளைப் போதிக்க வேண்டும். இறுக்கமில்லாமல் இருக்கப் பழகிவிட்டால் அவர்கள் சக்தி விரயமாகாது. பௌத்தர்களின் விபாசனா சுவாசப்பயிற்சி அவர்கள் பிரச்சினைக்கு நல்ல தீர்வு.

ஆனால் அபரிமிதமான சக்தி உடையவர்களுக்கு அத்தகைய முறைகள் உதவாது. சக்தி பொங்கிப் பிரவாகமெடுத்து ஓடிக் கொண்டிருக்கும்போது அவர்களுக்கு என்ன செய்வதென்று தெரியாமல்

அதனை அடக்கி வைப்பார்கள். அதுதான் பிரச்சினைகளின் ஊற்றுக் கண்.. இயக்கநிலை தியானமும் மன உணர்வுகளுக்கு வடிகால் தேடும் பயிற்சிகளும் அவர்களுக்கு ஏற்றவை.

கீழைநாடுகளில் பொதுவாக மக்கள் சக்தி குறைந்தவர்களாகத்தான் இருப்பார்கள். வறுமை, சத்தில்லாத உணவு பல நூற்றாண்டுகள் தொடர்ந்த அடிமை வாழ்க்கை - அவர்கள் சக்தியை உறிஞ்சிவிட்டன.

மேலைநாட்டு மக்கள் அபரிமிதமான சக்தியுடையவர்கள். அதிக சக்தி - குறைந்த சக்தி என்பதை ஆண் - பெண் யின் - யாங் சீனர்கள் சொல்லும் ஆண் தத்துவம் பெண் தத்துவம்) என்றும் பிரிக்கலாம். அதிக சக்தியை ஆண் என்றும் குறைந்த சக்தியை பெண் என்றும் சொல்லலாம். இங்கே ஆண் பெண் என்பதைச் சக்தியின் அளவைக் குறிக்கும் குறியீடுகளாகத்தான் பயன்படுத்துகிறோம். ஆண்களுக்குச் சக்தி அதிகம் பெண்களுக்குச் சக்தி குறைவு என்று நான் சொல்லவில்லை.

நீங்கள் அதிகசக்தி-வகையைச் சேர்ந்தவர் என்பதை எப்போதும் நினைவில் கொள்ளுங்கள். உங்களுக்குப் பிரச்சினை வந்தால் நீங்கள் இன்னும் கடுமையாக உழைக்க வேண்டும். இன்னும் அதிகமாக ஆக்கபூர்வமான வேலைகளில் ஈடுபட வேண்டும். நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள் என்பது முக்கியமல்ல. கடினமான உடல் உழைப்பு இருக்க வேண்டும். உடல் உழைப்பே ஓர் அழகு. அப்படி நீங்கள் செய்யவில்லையென்றால் மனம் அந்தச் சக்தியை வைத்துக்கொண்டு தவித்துக்கொண்டிருக்கும். தவறான பாதையில் இழுத்துச்செல்லவும் வாய்ப்பிருக்கிறது.

நீச்சல் அடியுங்கள். இல்லை நடனமாடுங்கள். உடல் சம்பந்தப்பட்ட எந்த வேலையானாலும் செய்யுங்கள். உடல் அசைவுகள் உங்களுக்கு உதவும். நீங்கள் பார்க்கத் தெளிவாக இருக்கிறீர்கள். நல்லது. ஆனால் பிரச்சினை அதிகமாகும்போது அது உபரி சக்தியால் வருகிறது என்பதை அறிந்து அதைக் கடினமான உழைப்பில் செலவழியுங்கள்.

என்னுடைய பிரச்சினைகள் எல்லாம் தீர்ந்துவிட்டன. நான் பிரச்சினையாக நினைத்துக் கொண்டிருந்தவைகூடப் போய்விட்டன.

அவை போகத்தான் செய்யும். கொஞ்சம் பொறுமை வேண்டும். எல்லாம் தானாகச் சரியாகிவிடும்.. அவை தாமாகவே தோன்றின. அதனால் தாமாகவே போய்விடும்.

எல்லாமே தன்னிச்சையாக வருகின்றன. தன்னிச்சையாகப் போகின்றன. நீங்கள் ஆற்றின் கரையில் அமர்ந்து கொண்டு ஆற்றின் போக்கைப் பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். சிலசமயம் மழை அதிகமாக இருந்தால் ஆற்றில் வெள்ளம் கரைபுரண்டு ஓடும். வெயில் காலங்களில் குறைவாக இருக்கும் நீர் ஆற்றில் ஊர்ந்து சென்று கொண்டிருக்கும். ஆற்றில் போகும் நீரின் அளவிற்கு நீங்கள் பொறுப்பல்ல. நீங்கள் பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அவ்வளவுதான்.

தியானம் செய்பவனின் மனப்பாங்கு அப்படித்தான் இருக்க வேண்டும். எல்லாவற்றையும் பார்க்க வேண்டும். ஆனால் எதிலும் குதிக்கக் கூடாது. நடப்பது எல்லாம் நன்மைக்கே. சில சமயம் மகிழ்ச்சி வருகிறது. சில சமயம் சோகம். சில நேரங்களில் கோபம். அப்புறம் பொறாமை எல்லாமே வரும். ஆனால் அவற்றை நீங்கள் உங்கள் பிரச்சினை ஆக்கிக்கொள்ள வேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை.

ரயில் நிலையத்தில் பயணிகள் காத்திருக்கும் அறையில் இருக்கும்போது இருக்கும் மனநிலை வேண்டும். ரயில் நிலையத்தில் பலரும் வருவார்கள், போவார்கள். நல்லவர்கள், கெட்டவர்கள், புனிதர்கள், பாவிகள் - இப்படிப் பலதரப்பட்ட மக்களும் வருவார்கள். அதைப்பற்றி நீங்கள் ஏன் கவலைப்பட வேண்டும்? நீங்கள் உங்கள் ரயிலுக்காகச் சலனமில்லாமல் காத்திருக்கப் போகிறீர்கள். அந்த மக்கள் உங்களுக்காக வரவில்லை. அவர்களுக்கு நீங்கள் யாரென்றே தெரியாது.

அந்த இடத்தில் நீங்கள் சுற்றியுள்ள மக்களை எடைபோடும் மனநிலையில் இருக்க மாட்டீர்கள். உங்கள் வீட்டில்தான் எடை போடும் மனப்பாங்கு இருக்கும்.

இந்த உலகமே ஒரு பயணிகள் காத்திருக்கும் அறைதான். நாம் அனைவரும் நமது ரயிலுக்காகக் காத்துக் கொண்டிருக்கிறோம்.. நம் ரயில் வந்தவுடன் இந்த இடத்தைவிட்டுச் சென்றுவிடுவோம்.

அதேபோல் நம் மனமும் ஒரு காத்திருக்கும் அறைதான். அந்த விழிப்புணர்வுடன் செயல்படுங்கள். உங்கள் மனதில் எழும் கோபம் அன்பு பொறாமை அமைதி போன்ற உணர்வுகள் எல்லாமே தாமாகவே எழுகின்றன. அதில் நீங்கள் குறுக்கிட்டால் அந்த நிகழ்வு இன்னும் அதிககாலம் நீடிக்கும். அதனால் "அனைத்தையும் ஏற்றுக் கொள்வேன். எதனோடும் குறுக்கிடமாட்டேன்" என்பது உங்கள் கொள்கையாக இருக்க வேண்டும்.

நீங்கள் என்ன செய்ய முடியும்? மழை வந்துவிட்டது. வானத்தில் மேகங்கள் கூடியிருக்கின்றன. மின்னல், இடி எல்லாமே இருக்கிறது. ஆனால் நீங்கள் என்ன செய்யமுடியும்? அவற்றைத் தடுக்க முடியுமா? அவை தன்னால் போய்விடும்.

உங்கள் மனமும் ஒரு வகையில் வானம்தான். ஆனால் நீங்கள் அதற்கும் அப்பால் இருக்கிறீர்கள். வானத்தில் மேகங்கள் நகர்ந்து செல்வதைப் பார்ப்பதுபோல் உங்கள் மனதில் எண்ணங்கள் நகர்ந்து செல்வதைப் பார்க்கலாம். நீங்கள்தான் பார்ப்பவர். நீங்கள் அப்படிப் பார்க்கும்போது பிரச்சினை என்று எதுவும் இல்லை என்பதை உணர்வீர்கள்.

என்ன நான் சொல்வது புரிகிறதா? முயன்று பாருங்கள்.

தாவோ குழுவினர் வந்திருக்கிறார்கள்.

நான் முன்னேற வேண்டிய இடம் ஏதாவது இருக்கிறதா என்று என்னுள் பார்த்தேன். அப்படி எதுவும் இல்லை என்று தோன்றுகிறது. (சிரிக்கிறார்)

ஒன்றும் இல்லை. ஆமாம் நாம் செய்ய வேண்டியது எதுவுமே இல்லை.. இந்த எளிய உண்மையைப் புரிந்து கொள்ள சிலர் சில வாழ்நாட்களை எடுத்துக் கொள்கிறார்கள்.

நாம் செய்யக்கூடியது ஒன்றே ஒன்றுதான். இந்தக் கணத்திலிருந்து வாழத் தொடங்க வேண்டும்.. குறையொன்றும் இல்லை என்பதை உணர வேண்டும்.

ஆனால் நாம் வாழத் தயாராக இல்லையோ என்ற சந்தேகம் வந்துவிடுகிறது.

குழந்தை பிறக்கும்போது அப்படித்தான். குழந்தை சுவாசிக்கத் தயாராக இருக்கிறது. அதற்கு எந்தவித முன்னேற்பாடும் தேவையில்லை. எல்லாமே தயாராக இருக்கிறது. பலமாக ஒரு முறை அழுதால் போதும். நுரையீரல் வேலை பார்க்கத் தொடங்கி விடும். சுவாசம் வந்துவிடும். ஆனால் சிலசமயம் குழந்தையை அழ வைக்க மருத்துவர் அதனை லேசாக ஒரு தட்டு தட்டுவார்.

அதைத்தான் ஒரு குருதேவர் செய்கிறார். சரியான இடத்தில் ஒரு செல்லத் தட்டு. ஓர் அடி. உடனே நீங்கள் அழ ஆரம்பிப் பீர்கள். பின் சுவாசிக்கத் தொடங்குவீர்கள்.

தயார்ப்படுத்துதல் என்பதே ஒரு தவறான கோட்பாடு. அதைச் சமுதாயம்தான் உருவாக்குகிறது. ஒரு தேர்வு எழுத வேண்டுமென்றால் வருடக்கணக்கில் தயார்ப்படுத்திக்கொள்ள வேண்டும். ஆனால் வாழ்க்கை தேர்வல்லவே! வாழ்வதற்கு எந்த ஆயத்தமும் தேவையில்லை.

மரங்கள் அழகாக வாழ்ந்துகொண்டிருக்கின்றன. விலங்குகளும் அப்படித்தான். மனிதன் மட்டும்தான் தன் வாழ்க்கையைச் சொதப்பிக் கொண்டிருக்கிறான். ஏனென்றால் அவன் இன்னும் தன்னை வாழ்வதற்குத் தயார்ப்படுத்திக்கொண்டிருக்கிறான்.

வாழத் தொடங்குங்கள். போதும். அதற்குத் தேவையானவை எல்லாம் தயாராக இருப்பதைக் காண்பீர்கள். செய்ய வேண்டியது ஒன்றும் இல்லை. உங்களைத் தயார்ப்படுத்த வேண்டிய தேவையும் இல்லை. பிறக்கும்போதே வாழத் தயாராகத்தான் இருக்கிறீர்கள்.

இங்கு நடக்கும் முயற்சியெல்லாம். உங்களைப் பல வழிகளில் விழிப்புணர்வு பெறச் செய்வதற்கு மட்டுமே. அப்போதுதான் நீங்கள் வாழ முற்படுவீர்கள். அந்த வாழ்வும் ஒரு கொண்டாட்டமாக ஒரு பேருவகையாக இருக்கும்.

இந்தக் குழுவில் இருப்பதற்கு முன்னால் என் மனதில் வேதனையும் பதற்றமும் இருந்தது.

அது சரி. குழுவில் இருந்த போதும் அதற்குப் பின்னும் எப்படி இருந்தது?

சோகத்தின் அடியாழத்திற்குச் சென்றேன். ஆனால் மொத்தத்தில் அதனால் எனக்கு நன்மை விளைந்தது என்றே சொல்ல வேண்டும். இந்தக் குழு பல விஷயங்களைத் தெளிவாக்கியிருக்கிறது.

ஆமாம். நீங்கள் இப்போது அமைதியாக, சலனமில்லாமல் இருப்பதாகத் தோன்றுகிறது. உங்களுக்கு ஓர் உண்மை தெரியுமா? நாம் எது நடந்துவிடப்போகிறதோ என்று பதற்றப்படுகிறோமோ அதெல்லாம் நடப்பதில்லை. பதற்றப்பட்டதில் நமது வாழ்க்கை வீணானதுதான் மிச்சம். நமது பயங்களில் 90 சதவிகிதம் அர்த்த மற்றவை. அதனால்தான் உங்கள் பதற்றம் குழுவில் இருந்தபோது இருந்ததா என்று கேட்டேன். குழுவில் இருக்கும்போது நீங்கள் நீரோட்டம் போல் பாய்ந்து கொண்டிருப்பீர்கள். அந்த நிலையில் பதற்றம் இருக்காது.

இன்றிலிருந்து இது உங்கள் புரிந்துணர்வாக இருக்கட்டும். அடுத்த முறை நீங்கள் புதிதான ஒன்றிற்குள் நுழையும்போது பதற்றப்படாதீர்கள்.

எல்லாப் பதற்றமும் பயனற்றது. ஏனென்றால் எதிர்காலம் யாருக்குமே தெரியாது. உங்கள் எதிர்காலம் உங்கள் பயத்தையும் எதிர்பார்ப்புகளையும் பொறுத்து இருப்பதில்லை. வருங்காலம் அதன்போக்கில் வருகிறது. அது உங்களை எதுவும் கேட்பதில்லை. பின் ஏன் இந்த வீண் கவலை?

வருங்காலத்திற்காகக் காத்திருங்கள். அது வந்தவுடன் பார்த்துச் செய்ய வேண்டியதைத் செய்யுங்கள். தேவைப்படும்போது செய்யவேண்டியதைச் செய்யும் ஆற்றல் அனைவரிடமும் உள்ளது. எந்தச் சூழ்நிலைக்கும் வாழ்க்கை உங்களைத் தயாராக வைத்திருக்கிறது.

நீங்கள் வாழ்க்கையில் தேக்கமில்லாமல் நீரோட்டம்போல் ஓடிக்கொண்டிருக்கிறீர்கள். அந்த ஓட்டத்தில் உச்சங்களை மட்டும்தான் பார்ப்பேன் என்று சொல்லமுடியாது அது முட்டாள்தனம். பள்ளங்களையும் பார்த்துத்தான் ஆக வேண்டும். உச்சங்கள் மட்டும்தான் வேண்டும் என்றால் பள்ளங்கள் எங்கே போகும்? இன்பம் மட்டும்தான் வேண்டும், துன்பமே வேண்டாம் என்றால் உங்களால் முன்னேறிச் செல்ல முடியாது.

ஆற்றுப்போக்கில் நீர் ஓடும்போது ஆழங்களையும் பார்க்க வேண்டும். உயரங்களையும் பார்க்க வேண்டும். ஓட்டம் முழுமையாக இருக்க வேண்டும். அதற்கு உங்கள் மனதிலிருந்து எதிர்ப்பே இருக்கக்கூடாது. எப்போதும் எங்கும் செல்லத் தயாராக இருப்பதுதான் ஓட்டம். வாழ்க்கை உங்களை எங்கு அழைத்துச் செல்லுகிறதோ அங்கே செல்லத் தயாராக இருக்க வேண்டும். அதன் அறியப்படாத இலக்குகளை நோக்கி உங்கள் ஓட்டம் இருக்க வேண்டும். வாழ்க்கைக்கு எதிராக உங்கள் இலக்குகளை நிர்ணயித்துவிட்டால் உங்கள் ஓட்டம் தடைப்பட்டுவிடும்.

வாழ்க்கை நீங்கள் சோகமாக இருக்க வேண்டும் என்று விரும்புகிறதா? சோகமாக இருங்கள். நீங்கள் அழ வேண்டும் என்று வாழ்க்கை விரும்புகிறதா? விம்மி விம்மி அழுங்கள். வாழ்க்கைக்கு எல்லாம் தெரியும். நிச்சயம் உங்களைவிட அதிகமாகத் தெரியும். வாழ்க்கையைவிட சாமர்த்தியமாக இருக்க வேண்டும் என்று நினைக்காதீர்கள். அது மனித இனத்திற்கே உண்டான பிரத்தியேகமான முட்டாள்தனம்.. வாழ்க்கையுடன் செல்லுங்கள். தன் தந்தையைப் பின்தொடர்ந்து செல்லும் பிள்ளையைப் போல் வாழ்க்கையைப் பின்தொடர்ந்து செல்லுங்கள். தந்தைக்கு வேண்டுமானால் போகும் இடத்தை நினைத்துப் பயமாக இருக்கலாம். ஆனால் குழந்தை சந்தோஷமாகப் பாடிக்கொண்டே பின்தொடர்கிறது. குழந்தைக்குத் தந்தை இருக்கிறார் என்ற தைரியம் இருக்கிறது. போகுமிடம் அவருக்குத் தெரியும். ஆபத்து வந்தாலும் நம்மைப் பாதுகாப்பார் என்ற நம்பிக்கையும் இருக்கிறது.

சமய உணர்வு உள்ள ஒரு மனதின் அழகே அதுதான். வாழ்க்கையை முழுமையாக நம்பும் மனதில்தான் சமய உணர்வு இருக்க முடியும்.

"வாழ்க்கை எங்கு சென்றாலும் சரி. அதற்கு என்னைவிட அதிகம் தெரியும். நான் இப்போதுதானே வந்தேன்! நான் தாமதமாகத்தானே வந்தேன். ஆனால் வாழ்க்கை அநாதிகாலமாக இருந்து வந்திருக்கிறதே! வாழ்க்கைக்குத் தெரியாததா எனக்குத் தெரிந்துவிடப் போகிறது?" என்று சொல்லும் அளவிற்கு மனதில் நம்பிக்கையும் பணிவும் இருந்தால்தான் சமய உணர்வு பிறக்கும். வாழ்க்கையை நம்புங்கள்.

தாவோ குழுவிற்கு அதுதான் பொருள். நீரோட்டம் போல் ஓடிக்கொண்டே இருப்பதுதான் உண்மையான நிலை. நீங்கள் ஏதாவது ஒன்றைத் தெரிவு செய்தால் - எனக்கு சோகம் வேண்டாம் சுகம்தான் வேண்டும் என்று நினைத்தால் -அது ஓட்டம் இல்லை. தேக்கநிலை. அனைத்தையும் உள்ளது உள்ளபடியே ஏற்றுக்கொண்டால்தான் தேக்கநிலை இருக்காது.

நீங்கள் இன்னமும் ஆழமாகப் போயிருக்கலாம் - ஆழத்திற்குப் போவதைப் பற்றிய இந்தச் சிறிய எதிர்ப்பு இல்லாமல் இருந்திருந்தால். ஆழத்திற்குச் செல்லுங்கள். நீங்கள் மேலே வருவீர்கள். ஆழம் அதிகம் செல்லச் செல்ல இன்னும் அதிக உயரத்திற்குச் செல்வீர்கள். கீழே ஆழமாக வேர்விடும் மரங்களின் கிளைகள்தான் மேலே அதிக உயரம் வளரும். மரத்தைப் போன்றதுதான் மனமும். வேர்களின் ஆழம் - கிளைகளின் உயரம் இவற்றுக்கிடையே இருக்கும் விகிதாசாரம் மாறவே மாறாது. மரத்திற்குக் கீழே வேர்விடப் பிடிக்கவில்லையென்றால் - மரணத்தைப் போல் இருட்டாக, மர்மமாக இருக்கும் தரைக்குள் வேர்களைச் செலுத்தப் பிடிக்கவில்லையென்றால். - அந்த மரத்தின் கிளைகள் சூரியனை நோக்கி உயர முடியாது.

இப்படித்தான் எல்லாமே வளர்கின்றன. உண்மையான பக்குவம் அடைந்த ஒருவன் வாழ்க்கை அவனை எங்கே அழைத்துச் செல்கிறதோ அங்கே பயணிக்கத் தயாராக இருப்பான். அதுதான் பக்குவத்தின் அடையாளம். நம்மைவிட நம் வாழ்க்கை மிகப் பெரியது என்று உணர்ந்தவனே பக்குவமான மனம் படைத்தவன்.

ஏன் கவலைப்படுகிறீர்கள்? வாழ்க்கையுடன் நகர்ந்து செல்லுங்கள்.

இன்று காலை ஓர் அதிசயமான உள்ளுணர்வு. நான் இருப்பதாக உணர்ந்தேன். வேறு எந்த உணர்வும் எழவில்லை.

அதுதான் என் போதனையின் சாராம்சம்.

இந்தக் குழுவில் இருந்தபோதுதான் என் வாழ்க்கையிலேயே சிறந்த தியானநிலை கிட்டியது.

அதுதான் தியானம். சும்மா இருப்பதே தியானம். அதில் எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை. சும்மா இருக்கத் தெரிந்துவிட்டால் நம் பிரச்சினைகள் எல்லாமே தீர்ந்துவிடும்.

நான் கனவிலும் எதிர்பார்க்காதது இங்கு எனக்குக் கிடைத்திருக்கிறது.

அது சரி. எல்லாக் கனவுகளையும்விட வாழ்க்கை அழகானது. நாம் கனவில் காண்பதைவிட வாழ்க்கை பலமடங்கு அதிகம் கொடுக்கக் கூடியது. ஆனால் நாம்தான் கொஞ்சம் போதும் என்று விட்டுவிடுகிறோம். சில சமயம் ஒன்றுமே வேண்டாம் என்று சொல்லிவிடுகிறோம். அதைத்தான் வாழ்க்கை என்று பினாத்திக் கொண்டிருக்கிறோம். நாம் இதுவரை இல்லை என்று நினைத்துக் கொண்டிருந்த புதிய உலகங்களுக்குள் நுழையும் போதுதான் நாம் வாழ்க்கையை எந்த அளவு வீணடித்திருக்கிறோம் என்பதைப் புரிந்துகொள்கிறோம். பலரும் இன்று இருட்டில் காலம்கழித்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். அது மட்டுமில்லை. யாராவது அவர்களுக்கு ஒளியைக் கொண்டுவந்து கொடுத்தால்கூட வேண்டாம் என்று வெறுத்து ஒதுக்கிவிடுகிறார்கள்.

நல்லது. இன்னும் நிறைய நடக்கப்போகிறது.

குழுவைப் பற்றிய என் எண்ணம் இதுதான். குழுமியிருந்த அறைக்குள் நுழைந்தவுடன் என் மனதில் தோன்றிய வார்த்தை - முடிவின்மை. அதற்கு ஆரம்பமும் முடிவும் இல்லையோ என்று எனக்குத் தோன்றியது.. குழுவில் வாழ்க்கை இன்னும் தீவிரமாக வாழப்படுகிறது என்பது என் கருத்து.

நல்லது. நீங்கள் புரிந்து கொண்டுவிட்டீர்கள். எதற்குமே ஆரம்பமும் முடிவும் இல்லை. தொடக்கமும் முடிவும் நாம் கற்பிப்பதுதான். அவற்றுக்கு அறிவுபூர்வமான அடிப்படை எதுவும் இல்லை. வாழ்க்கையின் ஒரு பகுதியாக, வாழ்க்கையின் ஒரு தீவிரமான வடிவமாக குழு இருப்பது நல்லது. வாழ்க்கையைப் பற்றி ஒரு சிறிய முன்னோட்டத்தைத்தான் குழு கொடுக்கிறது. ஆனால் அதுவே போதுமானது. மிகவும் நல்லது.

நான் என்ன செய்யவேண்டும் என்பது பற்றிப் பல கேள்விகளுடன் இங்கு வந்தேன். அதே சமயத்தில் காலம் ஆக ஆக செய்ய வேண்டியது என்ன என்பதைப் பற்றி ஒரு தெளிவு கிடைக்கத்தான் செய்கிறது.

காலமும் பொறுமையும் இருந்தால் போதும். எல்லாம் தன்னால் தெளிவாகும். நீங்கள் என்னிடம் பல கேள்விகள் கேட்கிறீர்கள் நானும் பதில் சொல்கிறேன். ஆனால் உண்மையில் எந்தக் கேள்விக்கும் யாராலும் பதில் சொல்லமுடியாது. உங்களை இன்னும் கொஞ்ச நேரம் காக்க வைக்க நான் சொல்லும் பதில்கள் உதவும்.

கேள்விகளோ உங்களுடையது. பின் என் பதில்கள் எப்படிச் சரியாக இருக்கும்? உங்கள் கேள்விகளுக்கு உங்களிடமிருந்துதான் பதில் வரவேண்டும். ஆனால் உங்களுக்குக் காத்திருக்கப் பொறுமையில்லை. அதனால் நான் அந்த இடைப்பட்ட நேரத்திற்கு உங்களுக்கு விளையாடப் பொம்மைகள் தருகிறேன். உங்கள் கேள்விகளுக்கு நான் சொல்லும் பதில்கள்தான் அந்தப் பொம்மைகள்.

நேரம் போகிறது. நீங்கள் அதைச் செய்கிறீர்கள். இதைச் செய்கிறீர்கள். பின் அந்தக் கேள்விகள் எல்லாம் மறைந்துவிட்டன என்பதை உணர்கிறீர்கள். பதில் தெரியாமலேயே ஒரு கேள்வி மறைந்துவிட்டால் அது எந்தத் தடயத்தையும் விட்டுச் செல்லாது. அந்தக் கேள்வி உங்கள் மனதில் மீண்டும் தோன்றாது. பதில் கேள்வியைக் கொஞ்ச நேரம் மறைத்துவைக்குமேயொழிய கேள்வியை அழிக்காது. நான் உங்கள் கேள்வியையும் உங்களையும் அமைதிப் படுத்திவிடலாம். ஆனால் அந்தக் கேள்வி உங்கள் மனதின் ஆழத் திலேயே தங்கியிருக்கும். பலநாள் கழித்து அது மீண்டும் தோன்றும். அது பல வழிகளில் பல வார்த்தைகளில் மீண்டும் தோன்றும்.

உங்கள் கேள்விக்கான பதில்களை உங்கள் வாழ்க்கை மட்டுமே கொடுக்க முடியும். நான் கொடுக்கும் பதில்கள் உங்கள் பதட்டத்தைக் குறைப்பதற்காகத்தான். அப்போதுதான் நீங்கள் வாழ்க்கை தரும் பதில்களுக்காகப் பொறுமையாகக் காத்துக் கொண்டிருப்பீர்கள்.

நான் இந்தக் குழுவுடன் ஒன்றிச் செயல்படவில்லை. நான் என்னைப் பற்றியே சிந்தித்துக் கொண்டிருந்தேன்.. ஒரு தேக்கநிலையை அடைந்துவிட்டேனோ என்று தோன்றுகிறது. குழுவினரிடம் என் மனதைத் திறந்து காட்டவில்லை என்னுள்ளே எதிர்ப்பு இருப்பதை உணர்கிறேன்.

எப்படி இருக்கிறீர்களோ அப்படியே இருங்கள். நீங்கள் செய்யும் முயற்சியே எதிர்ப்பை உருவாக்குகிறது. உங்களை உள்ளபடியே ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள். நீங்கள் திறந்த மனதுடன் இல்லை. தேக்கநிலையில் இருக்கிறீர்கள் என்பதை மறுக்காதீர்கள். நீங்கள் செய்ய வேண்டியது எதுவும் இல்லை.

குழுவில் இருங்கள். மௌனமாக அமர்ந்திருங்கள். யாராவது பேசச் சொன்னால் 'என்னை என் போக்கில் விட்டுவிடுங்கள்' என்று அழுத்தமாகச் சொல்லுங்கள். ஒருநாள் உங்கள் மனதைச் சுற்றி நீங்கள் கட்டியிருந்த சுவர்கள் எல்லாம் இடிந்துவிழுந்து நீங்கள் புதுமனிதனாக வெளியே வருவீர்கள்.

உங்கள் முயற்சியால் உங்களுக்கு விடுதலை கிடைக்காது. முயற்சியின் வழியில் முழுமையில்லை. ஒருபக்கம் இதிலிருந்து வெளியே வர வேண்டும் என்று முயன்று கொண்டிருப்பீர்கள். மறுபக்கம் இதனுள்ளே இன்னும் ஆழமாகப் போய்க் கொண்டிருப்பீர்கள். ஒரு காலை எடுத்து முன்னே வைக்கும்போது மற்றொரு கால் பின்வாங்கத் தயாராக இருக்கும். நீங்கள் எடுக்கும் முயற்சியெல்லாம் பயனற்றதாய் அர்த்தமற்றதாய்ப் போய்விடும். கடைசியில் வேதனைதான் மிஞ்சும்.

நான் உங்களுக்குச் சொல்வதெல்லாம் இதுதான். உங்களை உள்ளபடியே ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் வேறு யாராகவும் இருக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை. உங்கள் தேக்கநிலையை வைத்து இறைவன் எதையாவது செய்யத் திட்டமிட்டிருக்கலாம். நீங்கள் மூடிய மனதுடன் இருப்பதிலும் ஒரு பிரபஞ்ச நோக்கம் இருக்கலாம்..

உங்கள் மனதோடு போரிடுவதை நிறுத்துங்கள். அதை நிறுத்தியவுடன் எதிர்ப்பு சக்தியும் மறைந்துவிடும். எதிர்ப்பினால் எந்தப் பயனும் இல்லை. உங்கள் மனம் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் திறந்து கொள்ளாது. திடீரென்று திறந்து கொள்ளும்.

சில மலர்கள் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மலரும். சில அபூர்வ வகை மலர்கள் திடீரென்று ஒரு பெரிய வெடிச்சத்தத்துடன் மலரும். நீங்கள் இரண்டாவது வகை. எதற்கும் கவலைப்படாதீர்கள்.

○

இருபத்து மூன்றாம் நாள்

இயல்பாய் இருப்பதே நற்குணம்

நான் அமெரிக்காவில் ஒரு மதம் சம்பந்தப்பட்ட இயக்கத்தில் இருக்கிறேன். அதைப் பற்றி உங்களிடம் கேட்க விரும்புகிறேன். அது உலக மக்களின் ஆன்மிக வளர்ச்சிக்கு ஏதாவது செய்கிறதா? நான் அதில் தொடர்ந்து இருக்கலாமா? ஒரு பக்கம் அந்த இயக்கத்தில் உள்ளவர்கள் எப்படியாவது கடவுளை மக்களிடம் கொண்டுபோய்ச் சேர்க்க வேண்டும் என்று ஆர்வத்துடன் உழைப்பது எனக்குப் பிடித்திருக்கிறது. மறுபக்கம் அவர்கள் தங்கள் ஒழுக்கத்தினால் கர்வம் அடைந்தவர்களாகத் தெரிகிறார்கள். நான் மாறவே மாட்டேன் என்று அடம்பிடிக்கும் வெற்றொழுக்கவாதிகளாகத் தோன்றுகிறார்கள்.

இதில் இரண்டு பக்கங்களே இல்லை. நீங்கள் சொல்வது இரு வேறு தன்மைகள் இல்லை. கடவுளை மக்களிடம் கொண்டுவருகிறேன் பேர்வழி என்று இயக்கம் நடத்துபவர்கள் எப்போதுமே குறுகிய மனப்பான்மை கொண்டவர்களாக வெற்றொழுக்கவாதிகளாகத்தான் இருப்பார்கள்.

அவர்கள் கடவுளைப் பற்றிக் கவலைப்படுவதில்லை. கடவுள் ஒரு சாக்கு அவ்வளவுதான். மக்களைக் கண்டிக்க வேண்டும் மதத்தின் பெயரால் சித்திரவதை செய்யவேண்டும் என்பதுதான் அவர்களுடைய நோக்கம். கடவுளை நேசிப்பவர்களாக வேஷம் போடும் இவர்களால்தான் நரகம் உருவாக்கப்பட்டது. இவர்கள் அடுத்தவர்களின் துன்பத்தில் இன்பம் காண்பவர்கள். அவர்கள் போதிக்கும் ஒழுக்க விதிகளுக்கும் உண்மையான ஒழுக்கத்திற்கும் எந்த சம்பந்தமும் இல்லை. அது அகந்தையின் வெளிப்பாடு மட்டுமே.

நன்மை செய்கிறேன் என்று சொல்பவர்கள் உண்மையிலேயே நன்மை செய்கிறார்களா இல்லை அதைத் தாங்கள் செய்யும் தீமைகளுக்குப் போர்வையாகப் பயன்படுத்துகிறார்களா என்பதைக் கூர்ந்து கவனிக்க வேண்டும்.

உண்மையிலேயே சமய உணர்வு உள்ளவனை எளிதாக இனம் கண்டு கொள்ளலாம். அவன் எப்போதும் குறுகிய மனப்பான்மையுடன் செயல்படமாட்டான், அடுத்தவருக்கு ஒரு படி மேலே நின்று கொண்டு வெற்றொழுக்க விதிகளைப் போதிக்க மாட்டான். அடுத்தவர் செயல்களைப் பழி கூறும் மனப்பாங்கு அவனிடம் இருக்காது. மற்றவர்மேல் அவன் கொண்டிருக்கும் அன்பு ஆழமாக இருப்பதனால் அவனால் மற்றவர்களைக் கண்டிக்க முடியாது. யாரையுமே பாவி என்று பட்டம் கட்டித் தள்ளி வைக்கமாட்டான். அது அவனால் முடியாத காரியம்.

ஆனால் பெரிய மதங்களைச் சேர்ந்தவர்கள் உலகில் உள்ள மக்கள் அனைவரையுமே பாவிகள் என்று அழைக்கத் தயங்குவதில்லை. மக்களைச் சித்திரவதை செய்யப் புதுப் புது வழிகளைக் கண்டுபிடித்துக் கொண்டே இருக்கிறார்கள்.

அடுத்தவருக்கு உண்மையான சுதந்திரத்தைக் கொடுத்தால்தான் அவரை நீங்கள் நேசிக்க முடியும். அடுத்தவரை உள்ளபடி ஏற்றுக் கொள்ள முடிந்தால்தான் அவரிடம் உண்மையான அன்பைக் காட்டமுடியும். அடுத்தவருடைய தெய்விகத்தன்மையை ஏற்றுக்கொள்ள முடிந்தால்தான் - அதன்மேல் வேறு எதையும் திணிக்காமல் இருந்தால்தான் - உங்களால் உண்மையான அன்பைக் காட்ட முடியும். இல்லாவிட்டால் சத்தியமாக முடியாது.

அன்பிற்கு இறையியல் சாஸ்திரங்கள் தெரியாது. அன்பிற்கென்று கோட்பாடுகளை வகுக்க முடியாது. இறையியல், கோட்பாடு இவை எல்லாமே அகந்தையின் விளையாட்டுக்கள். இந்த விளையாட்டுகள் பலகாலம் நடந்து கொண்டிருப்பதால் உங்களால் இன்னும் அவற்றைப் புரிந்து கொள்ள முடியவில்லை.

மத உணர்வு உள்ளவர்கள் என்று நீங்கள் யாரை நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்களோ அவர்களைக் கொஞ்சம் உற்றுப் பாருங்கள்.

அவர்கள் தங்கள் நன்னடத்தையை வளர்த்துக் கொள்வார்கள். ஒழுக்கமாக இருக்கவும் முயற்சி செய்வார்கள். ஆனால் எல்லாமே அவர்கள் அகந்தையின் வெளிப்பாடாகவே இருக்கும். இதெல்லாம் அடுத்தவரைக் கண்டிக்க, தான் மற்றவர்களைவிட மேலானவன் என்று நிரூபிக்க வேண்டும் என்பதற்காகத்தான் போடப்படும் பொய் வேஷம். அவர்கள் கண்களில் எப்போதுமே 'நீ என்னைவிடத் தாழ்ந்தவன்' என்ற எண்ணம் மின்னிக் கொண்டிருக்கும். அவர்கள் நாளுக்கு நாள் இன்னும் 'புனிதமாகி'க் கொண்டே போவார்கள். அவர்களுடைய புனிதத்தை மட்டும் பார்த்தால் உங்களுக்கு உண்மை விளங்காது..

உண்மையான மகான் நீங்கள் நினைத்துக் கொண்டிருக்கும் ஒரு மகானைப் போல இருக்கமாட்டார். நம்மைப் போல் சாதாரண மாகவே இருப்பார். இந்த உலகத்தைச் சீர்திருத்த அவரிடம் செயல்திட்டம் எதுவும் இருக்காது. அத்தகைய திட்டங்கள் எல்லாம் அரசியலைச் சேர்ந்தவை. அவற்றுக்கும் உண்மையான சமய உணர்வுக்கும் எந்த சம்பந்தமும் இல்லை. இந்தத் தேவாலயங்கள், கோயில்கள், மடாதிபதிகள் புனிதர்கள் எல்லாரும் அரசியலையும் சண்டைகளையும் வன்முறையையும் உருவாக்குகிறார்கள். இவை எல்லாம் விதைகள். ஆனால் இவை பொதுநலப்பண்புகள் போல் தோன்றும் இங்குதான் பிரச்சினையே தொடங்குகிறது. அவர்கள் கடவுளை நேசிப்பதாகச் சொல்வார்கள். உலக நன்மையே குறிக்கோள் என்று ஊளையிடுவார்கள். இந்த வெளித் தோற்றத்தில் மக்கள் மயங்கிவிடும் அபாயம் இருக்கிறது.

இப்படித்தான் காலம் காலமாய் நடந்து வருகிறது. முகமதியர்கள் பல்லாயிரக்கணக்கான மக்களைக் கொன்றிருக்கிறார்கள். கிறிஸ்தவர் களும் அப்படித்தான். ஆனால் இவர்கள் எல்லாரும் நன்மை செய்ய வேணடும் என்றுதான் நினைத்தார்கள். மக்களுக்கு உதவ வேண்டும் என்றுதான் நினைத்தார்கள். ஆனால் பாவம் நடப்பதெல்லாம் தங்கள் அகந்தையின் வெளிப்பாடு என்று அவர்களுக்குப் புரியவில்லை.

மக்களுக்கு உதவுவது, உலகத்தை மாற்றுவது - இதெல்லாம் மடத்தனம். இந்த அகந்தை விளையாட்டுகள் ஆயிரம் ஆயிரம்

ஆண்டுகளாக நடந்து கொண்டிருக்கின்றன என்பதை மக்கள் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். ஆனால் மக்களின் மடத்தனம் இன்னும் அதிகமாக இருப்பதால் அவர்கள் மீண்டும் மீண்டும் இந்தப் பொறியில் மாட்டிக் கொள்கிறார்கள்.

உண்மையான சமய-உணர்வு உள்ளவன் அடுத்தவரை என்றுமே வற்புறுத்தமாட்டான். ஒழுக்கவிதிகளைப் போதிப்பவனாக இருக்க மாட்டான். மக்களைப் பாவிகள் என்று சாட மாட்டான். உங்கள் வழியில் வந்து உங்களை ஏற்றுக் கொள்வான். நீங்கள் இப்படி எல்லாம் செய்தால்தான் சுவர்க்கத்திற்குப் போக முடியும். இல்லா விட்டால் நரகம்தான் என்று உங்களைப் பயமுறுத்தமாட்டான்.

சமய உணர்வு உள்ளவன் மதவெறி பிடித்தவனாக நிச்சயமாக இருக்கமாட்டான். வெறி பிடிக்க என்ன இருக்கிறது? அவன் எல்லையே இல்லாத வானவெளியாகவே இருப்பான். அவனுக்கு எந்தக் கட்டுப்பாடுகளும் இருக்காது.

இவை அந்த மத இயக்கத்தின் எதிர்மறைக் குணங்கள் என்றால் நேர்மறையான குணங்கள் இருக்க வாய்ப்பேயில்லை. நேர்மறைக் குணங்கள் உண்மையென்றால் எதிர்மறைகள் இருக்க வாய்ப்பேயில்லை. அதனால் அந்த இயக்கம் நேர்மறையானதா எதிர்மறையானதா என்பதை நீங்கள்தான் தீர்மானிக்க வேண்டும். அவர்களுடைய நேர்மறைக் குணங்கள் உங்களைக் கவர்ந்திருக்கலாம். ஆனால் அது மட்டும் போதாது. நரகத்திற்குச் செல்லும் வழி நல்லெண்ணங்களால் ஆக்கப்பட்டிருக்கிறது என்ற சொலவடை உங்களுக்குத் தெரியாதா?

அவர்கள் ஒருமித்த மனிதத்தன்மையுடன் இருப்பது போல் தோன்றவில்லை. அவர்களிடம் உண்மை இருப்பதாகத் தோன்றவில்லை. அவர்களுடைய ஆன்மிகம் பலவீனமான அஸ்திவாரத்தின் மேல் எழுப்பப்பட்டிருக்கிறது. அது அவர்களு டைய மொத்த இருப்புநிலையையும் ஊடுருவவில்லை.

ஆன்மிகம் என்பது உங்கள் இருப்புநிலையிலிருந்து வேறுபட்டதில்லை. உங்கள் இருப்புநிலையின் முழுமையே ஆன்மிகம். ஆன்மிகம் உங்களுக்கு அப்பால் இருக்கும் ஓர் இலக்கு இல்லை.

நீங்கள்தான் ஆன்மிகம். உங்களிடம் ஏற்படும் மலர்ச்சியே ஆன்மிகம். நீங்கள் இயல்பாக நெகிழ்வாக ஒருமித்து இருக்கும் நிலையே ஆன்மிகம். ஆன்மிகம் லட்சியம் இல்லை. ஆன்மிகத்தை அடைய வேண்டிய லட்சியமாகக் கொண்டால் மேலே அழகான ஆன்மிக அமைப்பு தெரியும். ஆனால் அடியில் ஓர் ஊனமடைந்த மனிதன் இருப்பான். அந்த வகை ஆன்மிகம் எல்லாம் அழுகிப் போன குப்பை.

முழுமையான மனிதனாக இருங்கள். முழுமை என்று சொன்னேனே தவிர துல்லியம் என்றோ பூரணம் என்றோ சொல்லவில்லை. முழுமையான மனிதன் பூரணமாக இருக்கமாட்டான். அவன் சதா வளர்ந்து கொண்டேயிருப்பானே! பூரணத்துவத்தில் வளர்ச்சி என்பதே கிடையாதே. அதனால் முழுமை எப்போதும் பூரணத்துவம் அடைவதில்லை. அல்லது முழுமை என்றுமே பூரணமாக இருக்கிறது; பூரணத்துவத்தின் பல நிலைகளைத் தொடர்ந்து அடைந்துகொண்டிருக்கிறது என்றும் கொள்ளலாம்.

ஒரு கோணத்தில் இருந்து பார்க்கும்போது அதன் பூரணத்துவம் அதிகரித்துக் கொண்டே போகிறது. ஆனால் அது தொடர்ந்து மாறிக்கொண்டேயிருக்கும் ஒரு நிகழ்வு.

முழுமையான மனிதன் ஓர் உயிர்ப்புள்ள நிகழ்வாக இயக்கநிலை சக்தியாக விளங்குகிறான்.

மனிதத்தன்மைக்கு மேலே இருப்பதல்ல ஆன்மிகம். மனிதத்தன்மையிலிருந்து கிளம்பும் நறுமணம்தான் ஆன்மிகம். நீங்கள் உண்மையான மனிதனாக இருந்தால் உங்களிடம் நிஜமான ஆன்மிகம் இருக்கும். ஆன்மிகம் என்ற வார்த்தையைக் கூட நாம் விட்டுவிடலாம். அது தேவைப்படாது. அந்த நிலைக்கு ஒரு தனிப்பெயர் தேவையில்லை. ஆனால் ஒரு தனிப்பெயர் இருந்தால் அது நம் அகந்தைக்கு உதவியாக இருக்கும்.

ஆனால் யதார்த்தத்தில் என்ன நடக்கிறது? நீங்கள் உங்கள் மனித இயல்புடன் போரிட்டுக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்கள் மனித இயல்பை மூர்க்கத்தனமாக அமுக்கிவைத்து அதன்மேல் ஆன்மிகம் என்ற கட்டடத்தை எழுப்புகிறீர்கள். அந்தக் கட்டடம் வெறும் அலங்காரம்தான். அந்த ஆன்மிகத்தில் வலிவும் இருக்காது.

ஆழமும் இருக்காது. அதனால் உங்கள் ஆன்மிகக் குருமார்களை மதப் புனிதர்களை ஆழமாக உற்றுப் பார்த்தால் உள்ளே ஊனமுற்ற மனிதர்களாக செயலிழந்த அமுக்கிவைக்கப்பட்ட மனிதர்களைத்தான் பார்ப்பீர்கள். அவர்களிடம் மலர்களின் மணம் இருக்காது. துர்நாற்றம்தான் வீசும்.

ஆன்மிக நிலை வெகுளித்தனமானது. நீங்கள் வெகுளியாக இருக்க வேண்டுமென்றால் உங்களுக்குள் பிரிவுகள் இருக்கக் கூடாது. 'நான் அப்படி ஆக வேண்டும்' 'இப்படி ஆக வேண்டும்' போன்ற லட்சியங்கள் இருக்கக் கூடாது. நீங்கள் எப்படி இருக்கிறீர்களோ அதை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும். அந்த ஏற்பில் ஆனந்தம் இருக்க வேண்டும். இருக்கும் நிலையை நீங்கள் கொண்டாட வேண்டும். நீரோட்டம்போல் இருக்க வேண்டும். தேக்கநிலை கூடாது.

இதுவரை நீங்கள் அறிந்திராத வழிகளில் ஆன்மிக நிலையை அடையலாம். அதற்கு எந்த முயற்சியும் தேவையில்லை. முழுமையான மனிதனாக இருந்தாலே போதுமானது.

ஆன்மிகப் போர்வைக்குள் மன ஊனம் அடைந்த ஒரு மனிதனைப் பார்க்க நேர்ந்தால் எங்கோ பெரிய தவறு நடந்திருக்கிறது என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். மாறாக ஒரு முழுமையான மனிதனைப் பார்க்க நேர்ந்தால், உயிர்ப்புடன் துடிப்பாக வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் ஒரு முழுமனிதனைப் பார்க்க நேர்ந்தால் அதுதான் உண்மையான ஆன்மிக நிலை என்பதைத் தெரிந்து கொள்ளுங்கள். அத்தகைய மனிதன் ஆன்மிகம் என்ற வார்த்தையைக்கூட அறியாமல் இருக்கலாம். அவன் கோயில் குளத்திற்குப் போகாதவனாக இருக்கலாம். பகவத் கீதையைப் பற்றித் தெரியாதவனாக இருக்கலாம். ஆனால் அவன்தான் உண்மையான ஆன்மிகவாதி. அவனை வணங்குங்கள். அவன் கால்களைத் தொட்டு வணங்குங்கள். ஏனென்றால் அவனிடம் உண்மையான மலர்ச்சி ஏற்பட்டிருக்கிறது.

சமய உணர்வு என்பது ஒரு கட்டமைப்பு இல்லை. நீங்கள் எப்படி இருக்கிறீர்களோ அப்படியே இருப்பதுதான் உண்மையான சமய உணர்வின் சின்னம்.

நான் சொன்னதை யோசியுங்கள். முடிவு உங்களிடம் இருக்கிறது. உங்களை இதைச் செய்ய வேண்டும் அதைச் செய்யவேண்டும் என்று சொல்லவில்லை. அந்த இயக்கத்தில் இருக்கப் பிடித்திருந்தால் அப்படியே செய்யுங்கள். அது உங்களுக்கு எதையாவது தரலாம். இன்னும் சிறிதுகாலம் அந்தக் குழுவில் இருக்க வேண்டும் என்று நீங்கள் நினைக்கலாம். ஆனால் அப்படி இருப்பதால் பயனில்லை என்றால் வெளியே வந்துவிடுங்கள். வெளியே வருவதற்கு எதையாவது தியாகம் செய்ய வேண்டியதிருந்தால் அதைச் செய்துவிட்டு உடனே வெளியே வந்துவிடுங்கள்.

ஓர் இயக்கம் தவறானது என்று தெரிந்தபின் அதில் தொடர்ந்து இருப்பது தற்கொலை செய்து கொள்வதற்குச் சமம். அப்படி இருந்தால் விரைவிலேயே நீங்களும் ஓர் ஆஷாடபூதியாக மாறிவிடுவீர்கள். எந்தச் சூழ்நிலையில் உங்களால் ஒரு முழுமையான மனிதனாகச் செயல்பட முடியவில்லையோ அந்தச் சூழ்நிலையை விட்டு விலகி வந்துவிடுங்கள். அது ஆபத்தானது. அது உங்களுக்குள் பிளவுகளை ஏற்படுத்தும்.

எனக்குத் தெரிந்த ஒரு கத்தோலிக்க மதப் பிரசாரகருக்கு அவர் செய்யும் வேலையின் மேல் அதீத வெறுப்பு. என்றாலும் அவரால் அந்த வேலையை விடமுடியவில்லை. அவருக்கு நல்ல ஊதியம் கிடைக்கிறது. வீடு, கார் போன்ற வசதிகளையும் கொடுத்திருக்கிறார்கள். நல்ல கௌரவமான பதவியும் கூட.

ஆனால் இது மிகவும் ஆபத்தானது. தொழிலில் பாதுகாப்பு, வசதி, சுகம் எல்லாம் இருக்கலாம். ஆனால் உங்கள் மனதிற்கு உண்மையாக இருப்பதற்கு அசாத்திய துணிச்சல் வேண்டும். அது அவரிடம் இல்லை.

உங்கள் இயக்கம் தவறு என்று உங்களுக்குத் தோன்றினால் உடனே வெளியே வந்துவிடுங்கள். வாழ்க்கை வசதிக்காக உங்கள் ஆன்மாவை விற்காதீர்கள்.

சென்ற முறை இங்கு வந்தபோது நான் தங்களிடம் சந்நியாசம் பெற்றுக் கொண்டேன். அதை விரும்பிச் செய்தேனா என்று நிச்சயமாகத் தெரியவில்லை. உங்கள்

அறிவுரையின்படி நடந்து கொண்டேன். மகிழ்ச்சியாகத்தான் இருக்கிறேன். இன்று இரவு 'நிபந்தனையற்ற ஏற்பு' என்ற குழுவில் சேரப் போகிறேன். ஆமாம் அனைத்தையும் ஏற்றுக் கொள்ளத்தான் வேண்டும்.. ஆனால் நான் முழுமையான சந்நியாசி என்று எனக்குத் தோன்றவில்லை.

உங்கள் சந்நியாசம் நிச்சயம் முழுமையாகும். நீங்கள் முதலடியை எடுத்து வைத்திருக்கிறீர்கள். அடுத்து நடக்க வேண்டியது தன்னால் நடக்கும். இந்தக் குழுவில் சேருங்கள். அது உங்களுக்கு உதவியாக இருக்கும். அது பல விஷயங்களை உங்கள் உணர்வு நிலைக்குக் கொண்டுவரும். முடிந்தவுடன் மிகவும் நெகிழ்வாக இருப்பதாக உணர்வீர்கள்.

குழுவில் இருக்கும்போது வெட்கப்படாமல் செயல்படுங்கள். எது நிஜமோ அதை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். அதற்காகச் சங்கடப்படாதீர்கள். அதை வெறுக்காதீர்கள். "இது நன்றாக இல்லை. இதை நான் சொல்லக் கூடாது. இதை நான் உண்மையென்று ஏற்றுக் கொள்ளக் கூடாது" என்று சிந்திக்காதீர்கள்.

வெறுப்பு இருந்தால் அதையும் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். அன்பு இல்லையென்றால் அந்த அன்பற்ற நிலையையும் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். மக்கள் தங்களிடம் இருக்கும் குணங்களை இல்லையென்று கற்பனை செய்து கொள்கிறார்கள். இல்லாத குணங்கள் இருப்பதாக நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். இதனால்தான் நமக்குள் பிளவு வருகிறது. இருப்பதை அப்படியே ஏற்றுக் கொண்டால் ஒருமைப்பாடு வரும். உங்களை உள்ளபடியே ஏற்றுக் கொண்டால் பிளவுகள் தோன்றாது. உங்களுக்குள் யாரோ இருந்துகொண்டு உங்கள் செயல்களைக் கண்டிக்க மாட்டார்கள்.

உங்கள் பலவீனங்கள் இயற்கையானவை. அவற்றை எளிதில் விடமுடியாது. ஆனால் எளிதாக உள்ளே ஒளித்துவைத்துக் கொள்ள முடியும். என்னிடம் அதெல்லாம் இல்லை என்று பாசாங்கு செய்யமுடியும். உங்களுக்குப் பிடிக்காதவற்றைப் பின்னணியில் வைத்திருப்பீர்கள். பிறகு போகப் போக மறந்துவிடுவீர்கள். ஆனால் அவை உங்களில் ஒரு பகுதியாகத்தான் இருக்கும். உங்களைத் தொடர்ந்து பாதித்துக் கொண்டேயிருக்கும்.

உங்கள் மொத்த வாழ்க்கையும் உங்கள் உணர்வின்மை நிலையில் புதைந்து கிடக்கும் இந்தப் பலவீனங்களுக்கு அடிமையாக இருக்கும்.

எதையும் ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் மனதில் இருண்ட மூலைகள் வேண்டாம். அவற்றையும் ஏற்றுக்கொண்டு உங்கள் இருப்புநிலையின் அஸ்திவாரத்தில் சஞ்சரியுங்கள். அங்கே இருக்கும் எல்லா உணர்வுகளையும் பார்க்கலாம். ஏனென்றால் இப்போது நீங்கள் எதையும் எடைபோட்டு வெறுத்து ஒதுக்குவதில்லை. ஏற்றுக் கொண்டால் நீங்கள் பிளவுகள் இல்லாத முழுமனிதராகி விடுவீர்கள். உங்களுக்குள் எப்போதும் இருக்கும் முரண்பாடு மறைந்துவிடும். நீங்கள் இயல்பு நிலையில் இருப்பீர்கள்.

நன்றாக நினைவில் கொள்ளுங்கள். இயல்பாய் இருப்பதே நற்குணம்.

○

இருபத்து நான்காம் நாள்

பேருவகையுடன் இருங்கள்!
நன்றியுடன் இருங்கள்!

என்ன நடக்கிறது என்பது என் கட்டுப்பாட்டில் இல்லை. நான் யாரென்றுகூட எனக்குத் தெரியவில்லை.

அது தெரிய வேண்டிய அவசியம் இல்லை. அது தெரிய வேண்டும் என்ற தேவைதான் பிரச்சினைகளின் ஊற்றுக்கண். வாழ்க்கை நம்மை எங்கே அழைத்துச் செல்கிறதோ அங்கே நாம் போக வேண்டும். வாழ்க்கையை நம்புங்கள். இந்த மனம் வாழ்க்கையைக் கட்டுப்படுத்தப் பார்க்கிறது. வாழ்க்கையைத் தன் சூழ்ச்சித்திறத்தால் நிர்வகிக்கப் பார்க்கிறது. இது அகந்தையின் தேவை.

ஓர் அடிப்படையான விஷயத்தை நீங்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். எந்தக்காலத்திலும் இதை நீங்கள் மறந்துவிடக்கூடாது. நடக்கும் எந்த நிகழ்வின்மேலும் யாருக்கும் எந்தவிதமான அதிகாரமும் கிடையாது. எல்லாம் நம் கட்டுபாட்டுக்குள் இருக்கிறது என்ற அகந்தையின் போக்கு ஒரு மாயத்தோற்றம். யாருக்கும் எந்த அதிகாரமும் இல்லை. எல்லாம் தன்னால் நடக்கிறது. நடக்கும் நிகழ்வோடு நீங்கள் ஒத்துழைக்கலாம். இல்லை எதிர்த்துப் போராடலாம். நீங்கள் போரிட்டாலும் நடப்பது நடந்தே தீரும். நீங்கள்தான் உங்கள் மகிழ்ச்சியை இழப்பீர்கள். நீங்கள் ஒத்துழைத்தாலும் அது நடக்கும். ஆனால் அது நடப்பதற்கு உங்கள் ஒத்துழைப்பு ஒரு காரணமல்ல. அது எப்படியும் நடக்கத்தான் செய்யும். ஆனால் நீங்கள் ஒத்துழைத்தால் உங்கள் மனதில் ஓர் ஆனந்தம், ஒரு பரவசம், ஒரு பேருவகை இருக்கும். அதனால் வாழ்க்கையுடன் ஒத்துழையுங்கள். அதனுடன் போராடாதீர்கள். முரண்பாடுகளை வளர்த்துக் கொள்ளாதீர்கள். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக எல்லாமே தெளிவாகிவிடும்.

நமக்கு ஓர் அதிகாரம் வேண்டும் என்று நாம் நினைப்பதுதான் தவறு. அதை ஒட்டியிருக்கும் அடுத்த நினைப்பு - நடப்பதெல்லாம் நமக்குத் தெரிந்திருக்க வேண்டும் என்று கருதுவது. அறிவு சதா அதிகாரத்தைத் தேடிக்கொண்டிருக்கும். அதிகாரத்தைப் பெருக்கிக் கொள்வதற்கான வழிதான் அறிவு.

அதனால்தான் விஞ்ஞானம் நமக்கு அவ்வளவு முக்கியமாகி விட்டது. விஞ்ஞான அறிவில் நாம் நம்மைச் சக்தி வாய்ந்தவர்களாக நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம். இயற்கையை வெல்லும் வல்லமைகூட நமக்கு இருப்பதாக நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம். நாம் எதையும் வெல்லவில்லை. எதையும் வெல்லவும் முடியாது. இயற்கையின் இயக்கத்தை விஞ்ஞானம் கண்டுபிடித்து பின் அதனுடன் ஒத்துழைக்கிறது. அதனால் சில நிகழ்வுகள் ஏற்படுகின்றன. அது சக்தியில்லை.

உதாரணமாக எரிவாயுவும் (ஹைட்ரஜன்) பிராணவாயுவும் (ஆக்சிஜன்) ஒரு குறிப்பிட்ட விகிதாச்சாரத்தில் சேரும்போது தண்ணீர் உண்டாகிறது என்று விஞ்ஞானம் கண்டுபிடித்தது. காலகாலமாக அது அப்படித்தான் இருந்திருக்கிறது. நமக்குத் தெரிந்தாலும் தெரியாவிட்டாலும் அப்படித்தான் இருக்கும். யாருக்குமே அது தெரியாதபோதுகூட அப்படித்தான் நடந்தது. அப்படிச் செய்தால் தண்ணீர் உருவாகும் என்று விஞ்ஞானம் கண்டுபிடித்தது. இப்போது நீங்கள் இந்த விதியைப் பின்பற்றினால் தண்ணீரை உருவாக்கலாம். உண்மையில் தண்ணீர் தன்னைத்தானே உருவாக்கிக் கொள்கிறது. நீங்கள் அந்த நிகழ்வுடன் ஒத்துழைக்கிறீர்கள். அதனால் நீங்கள் இயற்கையை வென்றுவிட்டதாக ஆகிவிடாது. இயற்கையோடு ஒத்துழைக்கிறீர்கள்.

மதமும் அப்படித்தான். இயற்கையோடு எப்படி ஒத்துழைக்க வேண்டும் என்று விஞ்ஞானம் கண்டுபிடித்ததென்றால் உள்ளே இருக்கும் ஆன்மாவோடு எப்படி ஒத்துழைக்க வேண்டும் என்று மதம் கண்டுபிடித்தது. ஆனால் இந்த இரண்டு துறைகளிலும் உங்கள் புரிந்துணர்வு அதிகமாகும்போது அறிவு தேவையில்லை என்பதை நீங்கள் புரிந்து கொள்வீர்கள்.

அதனால் அனைத்தையும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்ற அகந்தையின் விளையாட்டை விட்டொழியுங்கள். நடப்பதை ரசியுங்கள். அனுபவியுங்கள்.

நான் இங்கே இருக்கும்போது எல்லாரும் அமைதியாக லேசாக இருப்பதை உணர்கிறேன். எந்தக் கனமும் இல்லாமல் எல்லாரும் மிதந்து செல்வதைப்போல் தோன்றுகிறது. குதிக்க வேண்டும் கத்த வேண்டும் ஜோக் அடிக்க வேண்டும் என்று தோன்றுகிறது. ஆனால் அப்படிச் செய்யும்போது என்னமோ போல் இருக்கிறது. நான் என்னை மாற்றிக்கொள்ள விரும்புகிறேன்.

வேண்டாம். எதையும் மாற்றிக்கொள்ளாதீர்கள். அதை நடக்க விடுங்கள். கவலைப்படாதீர்கள். அமைதி நல்லதுதான். குதிப்பதும் கத்துவதும் ஜோக் அடிப்பதும் நல்லதுதான். ஒன்றை ஒன்று வளப்படுத்தும். உங்களால் ஜோக்கடித்துச் சிரிக்க முடியவில்லை யென்றால் உங்கள் மௌனம் ஆழமாக இருக்காது. உங்களால் மௌனமாக இருக்கமுடியவில்லையென்றால் உங்கள் சிரிப்பும் ஆட்டமும் மேலோட்டமானதாக இருக்கும். நீங்கள் செய்வதில் எந்தத் தவறும் இல்லை. தேவையில்லாமல் இதை ஒரு பிரச்சினையாக்காதீர்கள். வெடிச்சிரிப்பிலிருந்து மௌனத்திற்குச் செல்லுங்கள். பின் மௌனத்திலிருந்து சிரிப்பிற்கு. நடப்பதை நடக்க விடுங்கள். குதிக்க வேண்டும் என்று தோன்றினால் குதியுங்கள். எதுவும் செய்யாமல் சும்மா உட்கார்ந்திருக்க வேண்டும் என்று தோன்றினால் அப்படியே செய்யுங்கள். நல்லது.

என்னால் ஏன் முன்னேறமுடியவில்லை என்று எனக்குத் தெரியவில்லை.. ஒருவேளை எனக்குக் காரணம் தெரிந் திருக்குமோ என்றுகூடத் தெரியவில்லை. தெரிந்த காரணம் அசிங்கமாக இருக்கிறது. எனக்கு என்மேல் நம்பிக்கை இல்லை.. என்னுடைய ஒரு பகுதி மற்றொரு பகுதியுடன் சதா போரிட்டுக் கொண்டேயிருக்கிறது. எனக்குச் சலிப்பாக இருக்கிறது.

அப்படி இருக்காதே! அப்படி இருந்தால் பிரச்சினையே இருக்காதே!

ஆனால் இது ஏன் தொடர்ந்து நடந்து கொண்டிருக்கிறது?

ஏனென்றால் உங்களுக்கு இன்னும் நிஜமாகச் சலிப்புத் தட்டவில்லை. நீங்கள் உண்மையிலேயே சலிப்படைந்துவிட்டால் உங்களுக்கு வேறு எதுவும் தேவையில்லை. அந்தச் சலிப்புணர்வே போதுமானது. சலிப்பின் உச்சத்தில் அதை விட்டு வெளியே வந்துவிடுவீர்கள். அதை விடவேண்டும் என்று நீங்கள் செய்யும் முயற்சியே நீங்கள் இன்னும் அதைப் பற்றித் தொங்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதைக் காட்டுகிறது.. நாம் மாறுவதைப் பற்றித் தொடர்ந்து பேசிக்கொண்டிருக்கிறோம். ஆனால் உண்மையாக மாறுவது இல்லை.

இப்போது நினைத்துப் பார்த்தால் வேடிக்கையாக இருக்கிறது. பல வருடங்களுக்கு முன்னால் நான் என்னை ஒரு புத்திசாலியாக நினைத்துக் கொண்டிருந்தேன். எப்போது இப்படி மாறினேன் என்று எனக்கே தெரியவில்லை. இடைப் பட்ட காலத்தில் எந்த மாதிரியான முடிவுகளை எடுத்தேன் எந்த மாதிரியான தெரிவுகளைச் செய்தேன்? ஏன் இன்று என்னை நானே துன்புறுத்திக் கொள்பவனாக மாறிவிட்டேன்?

கொஞ்சம் கொஞ்சமாக நாம் தெரிவுகள் செய்கிறோம். இது திடீரென்று நடப்பதல்ல. படிப்படியாக நடக்கிறது. மிகவும் மெதுவாக நடைபெறுகிறது. அதனால்தான் உங்களுக்கு எந்தமாதிரியான தெரிவுகளைச் செய்தோம் என்பதே புரியாமல் இருக்கிறது. கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் தவறான தெரிவுகளைச் செய்து வந்திருக்கிறோம். அது எல்லாம் ஒன்றாகக் கூடி இந்த விளைவை ஏற்படுத்தியிருக்கிறது. முன்பு எப்போதோ ஒரு தவறான பாதையைத் தேர்ந்தெடுத்தீர்கள். பின் அதில் நெடுநாள் பயணம் செய்து இருக்கிறீர்கள். இப்போது அதுவே உங்களுக்கு ஒரு பழக்கமாகி விட்டது..

ஆனால் நீங்கள் திரும்பிச் சென்று மீண்டும் சரியான பாதையைத் தேர்ந்தெடுக்கலாம். அதில் எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை. ஆனால் அப்படி நடக்க வேண்டுமென்றால் உண்மையிலேயே உங்களுக்கு நீங்கள் நடக்கும் வழியில் ஒரு சலிப்பு வந்திருக்க வேண்டும். இதுவரை அது வந்ததாகத் தெரியவில்லை. இன்னும்

நீங்கள் தவறான பாதையில் செல்வதை சந்தோஷமாக அனுபவித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்.

ஒரு கோழையின் மனப்பாங்குடன் இந்தப் பாதையில் இன்பம் தேடுவது எப்படி என்று நான் கற்றுக்கொண்டு விட்டேன். ஆனால் முன்பெல்லாம் நான் கோழையாக இருந்ததில்லையே! எனக்கு நன்றாக நினைவிருக்கிறது

உங்கள் ஞாபகசக்தியை நம்பி எதுவும் செய்யமுடியாது. அதுவும் ஏமாற்றுவேலையாகத்தான் இருக்கும். எதை ஞாபகம் வைத்துக்கொள்ளவேண்டும் என்பதை நீங்கள்தான் தெரிவு செய்கிறீர்கள். நீங்கள் எப்போதும் முழுமையாக நினைவில் வைத்துக் கொள்வதில்லை. உங்களைப் பற்றிய நல்ல விஷயங்களை மட்டும்தான் நீங்கள் நினைவில் வைத்துக்கொள்வீர்கள். உங்களைப் பற்றிய அசிங்கமான விஷயங்களை வசதியாக மறந்துவிடுவீர்கள். அதனால்தான் எல்லாரும் தங்களுக்கு ஒரு தெய்விகமான குழந்தைப் பருவம் இருந்ததாக நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். உங்கள் மகிழ்ச்சியான தருணங்களை மட்டும்தான் நினைவில் வைத்துக்கொண்டிருக்கிறீர்கள். அதையும் பூதாகாரமாகப் பெரிதுபடுத்தி நினைவில் வைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்.

அது ஒருவிதத்தில் உங்களுக்கு உதவுகிறது. இப்போது கண்முன்னால் இருக்கும் கசப்பான யதார்த்தம் என் இயற்கையான நிலை இல்லை என்று ஓர் ஆறுதலைத் தருகிறது. நான் நல்லவன், அழகன், புத்திசாலி. இப்போது ஏதோ ஒரு சிக்கலில் மாட்டிக் கொண்டிருக்கிறேன். இது சீக்கிரம் போய்விடும் என்று உங்களுக்கு ஓர் எண்ணம் உண்டாகிறது.

உங்களை இன்னொரு வழியிலும் ஏமாற்றிக் கொள்ளலாம். வருங்காலத்தில் நான் ஞானம் பெற்றவனாக இருப்பேன். நான் இப்படி ஆவேன். அப்படி ஆவேன் என்று உங்களை நீங்களே தேற்றிக் கொள்ளலாம்.

மனதின் தந்திரங்களில் இதுவும் ஒன்று. மனம் கடந்தகாலத்தில் ஆறுதல் தேடும். இல்லாவிட்டால் வருங்காலத்தில் நம்பிக்கை கொள்ளும். எப்படியோ யதார்த்தமான நிகழ்காலத்தைத் தவிர்த்துவிடும்.

ஆனால் நிகழ்காலத்தைத் தவிர்க்கவே முடியாது. அதை எதிர்கொண்டு, ஏற்றுக்கொண்டு பிறகுதான் மாற்ற வேண்டும்.

அதனால் இறந்த காலத்தையும் வருங்காலத்தையும் பற்றி யோசிப்பதை நிறுத்துங்கள். நீங்கள் சொதப்பி வைத்திருக்கும் உங்கள் நிகழ்கால வாழ்க்கையைக் கொஞ்சம் பாருங்கள்.

இதற்கு வேறு யாரும் பொறுப்பல்ல. இதுவும் ஒரு தந்திரம்தான். இதற்கெல்லாம் உங்கள் தாய்தான் காரணம் என்று நீங்கள் நினைத்துக் கொண்டிருக்கலாம். இல்லை யாரோ ஒருவர் தொலைதூர ஐரோப்பாவில் இருந்து உங்களை ஆட்டிவைக்கிறார், அவர்தான் உங்கள் மனதில் அத்தகைய எண்ணங்களை விதைக்கிறார் என்று நினைத்துக் கொள்ளலாம். இதெல்லாம் மனதின் சூழ்ச்சி. யாராலும் உங்களை ஆட்டிவைக்க முடியாது. யாராலும் உங்கள் மனதில் எண்ணங்களை விதைக்க முடியாது.

இதெல்லாம் பொறுப்பைத் தவிர்க்கும் வழிகள். நீங்கள் கெட்டுப் போனதற்கு உங்களைத் தவிர உலகத்தில் இருப்பவர்கள் அனைவரும் காரணம் என்று நீங்கள் நினைக்கலாம். ஆனால் அப்போது திடீரென்று உங்களுக்கு அச்சம் ஏற்படும். உங்கள் பிரச்சினைக்கு நீங்கள் பொறுப்பில்லையென்றால் உங்களால் அதைத் தீர்க்க ஒன்றும் செய்ய முடியாதே!

நான் சொல்கிறேன். உங்கள் பிரச்சினைக்கு நீங்கள்தான் முழுப் பொறுப்பு. உங்களால் உங்கள் பிரச்சினைகளைத் தீர்க்க முடியும். யாரும் உங்களை அழிக்கத் திட்டமிடவில்லை. நீங்கள் தவறான பாதையைத் தேர்ந்தெடுத்தீர்கள். நீங்களே உங்களுக்குச் சொந்தக்காசில் சூனியம் வைத்துக் கொண்டீர்கள். அதனால் வந்த வினைதான் இது. பாவம் புண்ணியம் என்று எதுவும் இல்லை. தவறான முடிவு சரியான முடிவுதான் இருக்கின்றன. நாம் எதை நோக்கிப் போய்க்கொண்டிருக்கிறோம் என்று முன்கூட்டியே நமக்குத் தெரியாது. வாழ்க்கையே ஒரு விடை தெரியாத புதிர்.

நான் தவறான முடிவெடுக்கிறேன் என்று எனக்குத் தெரியும். ஆனால் அது என்னை ஓர் அசாதாரண மனிதனாக மாற்றும் என்று நினைத்துவிட்டேன்.

அசாதாரண மனிதனாக மாற வேண்டுமானால் பைத்தியம் பிடிக்க வேண்டும். சரியா? பைத்தியங்கள் எப்போதும் அசாதாரண மானவர்களாகத்தானே இருக்கிறார்கள். நல்ல மனநிலையில் இருப்பவர்கள் சாதாரண மனிதர்களாகவே இருக்கிறார்கள்.

உங்களுக்குச் சலிப்புத் தட்டிவிட்டது என்றால் சாதாரண மனிதனாக மாறிவிடுங்களேன். சாதாரணமாக இருப்பதும் ஓர் அழகுதான். சொல்லப்போனால் அசாதாரணமாக இருப்பதுதான் அசிங்கம். அது ஒரு நோய். அதில் நீங்கள் சுகமாக இருக்கமுடியாது.

அசாதாரணமாக இருப்பதற்காக நீங்கள் எடுத்த முயற்சி உங்களுக்கு வேதனையைக் கொடுத்திருக்கிறது. என்றாலும் நீங்கள் உங்கள் இலட்சியத்தை மாற்ற விரும்பவில்லை. ஓர் அசாதாரணமான மனிதனுக்கு இருக்கும் எல்லா நன்மைகளும் உங்களுக்கு வேண்டும். அதே சமயத்தில் ஒரு சாதாரண மனிதனின் சுகமான வாழ்க்கையும் வேண்டும். இந்த இரண்டும் சேர்ந்து கிடைக்காது. ஏதாவது ஒன்றுதான் கிடைக்கும். அகந்தையும் அசாதாரணத்தன்மையும் சேர்ந்தால் வேதனைதான் மிஞ்சும். அது வேண்டுமென்றால் அந்த வேதனையையும் அனுபவித்துத்தான் தீர வேண்டும். பைத்தியக் காரத்தனம் உங்களை நிழல் போல் பின் தொடரும். பின் ஒரு நாள் அது உங்களையே அமுக்கிவிடும். அதன் பின் நிழல் இருக்கும் நீங்கள் இருக்க மாட்டீர்கள்.

அதுதான் நடந்துகொண்டிருக்கிறது.

உங்களுக்குப் புரிந்தால் சரி. அசாதாரணமாக இருக்க வேண்டும் என்ற முட்டாள்தனமான ஆசையைக் கைவிடுங்கள். சாதாரண மனிதனாகி சாதாரணச் சுகங்களை அனுபவியுங்கள். சாதாரணத்தன்மையே உங்கள் மதமாக இருக்கட்டும். உண்பது, தூங்குவது, வெயில், மலர்கள்., மக்கள், சந்தை – இதையெல்லாம் ஒரு சாதாரண மனிதனாக இருந்து அனுபவியுங்கள்.

அப்படிச் செய்தால் உங்களைத் தொடர்ந்து கொண்டிருக்கும் நிழல் மறைந்துவிடும்.

எது தேவை என்ற முடிவை நீங்கள்தான் எடுக்க வேண்டும். மூன்று நாட்கள் யோசியுங்கள். நீங்கள் அசாதரணமானவராகவும் இருக்கலாம். தெரிவு உங்கள் கையில்.

அசாதாரணமாக இருப்பதற்கான தகுதிகள் எனக்கு இல்லை.

இதில் தகுதி என்ற பேச்சுக்கே இடமில்லை. அந்தத் தகுதி இருப்பவர்கள் அசாதரணமானவர்களாக இருக்க வேண்டும் என்று ஆசைப்படுவது கிடையாது. சாதாரண வாழ்க்கையே போதும் என்று சந்தோஷமாக இருக்கிறார்கள். அந்தத் தன்மைகள் இல்லாதவர்கள்தான் அசாதாரணமாக முயற்சி செய்து கொண்டிருக்கிறார்கள். அந்த எண்ணமே அவர்களிடம் ஏதோ குறை இருக்கிறது என்பதைக் காட்டுகிறது.

சந்தோஷமாக வாழ எந்தத் தகுதியும் தேவையில்லை. சந்தோஷ வாழ்க்கைக்கு நீங்கள் ஒரு பெரிய ஓவியராகவோ கவிஞராகவோ இருக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை. எந்த அசாதாரணத்தன்மையும் இல்லாத ஒரு சாதாரண மனிதன்கூட சந்தோஷமாக வாழமுடியும். சந்தோஷத்தின் அஸ்திவாரம் வேறு. அதன் தன்மையே வேறு. சும்மா இருப்பதே ஒரு சந்தோஷம்தான்.

நான்தான் எப்போதும் என்னைப் பற்றி உங்களிடம் சொல்லிக் கொண்டிருக்கிறேன். நான் தப்பாகச் சொல்வதற்கும் வாய்ப்பு இருக்கிறது அல்லவா? நீங்களே என்னைப் பார்த்து என்ன பிரச்சினை என்று சொல்லுங்களேன்.

எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை. நீங்களே உங்களைத் துன்புறுத்திக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று உங்களுக்கு இன்னும் தெரியவில்லை. அதை நீங்கள் பார்க்க வேண்டும். அதைப் பார்க்காமல் நீங்கள் தப்பித்துக் கொண்டே போகலாம். ஆனால் அதை ஒரு நாள் இல்லாவிட்டால் ஒருநாள் நீங்கள் பார்த்தேயாக வேண்டும். அதன்மேல் உங்களுக்கு உண்மையிலேயே வெறுப்பும் சலிப்பும் வந்துவிட்டதென்றால் அந்தக் கணத்திலேயே அது மறைந்துவிடும். அதைத் தள்ளிப்போட வேண்டாம்.

விட்டுவிடுங்கள். அதற்கு எந்த வழிமுறையும் இல்லை. அதைப் புரிந்து கொண்டு ஒரு முறை வாய்விட்டுச் சிரியுங்கள். முட்டாள்தனம் முடிந்துவிட்டது. கெட்ட கனவு முடிந்து நான் விழித்துக் கொண்டுவிட்டேன் என்று நினைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

கடந்த பல வாரங்களாக எனக்கு மூச்சுத் திணறல் இருக்கிறது. சில சமயம் மூச்சு அப்படியே நின்றுவிடுகிறது. அந்தச் சமயங்களில் எனக்குப் பயமாக இருக்கிறது. மூச்சு முட்டுகிறது. என்றாலும் ஒரு வகையில் அது நன்றாகவும் இருக்கிறது. புதிதாக ஏதோ ஒன்று வருவது போலும் தெரிகிறது. அந்தப் புதுமைக்குள் நான் நுழைய வேண்டும் என்ற ஆசையும் இருக்கிறது. இதெல்லாம் இயற்கையாக நடப்பதுதான் என்று உங்களிடமிருந்து ஓர் உத்தரவாதம் வேண்டும்.

பயப்பட வேண்டாம். இது ஓர் அழகான அனுபவம்தான். அதை அனுபவிக்கத் தொடங்கினால் அதன் அழகையும் உணர்வீர்கள். அது ஓர் ஆழமான அமைதி. சுவாசம் நிற்கும்போது எல்லாமே நின்றுவிடுகிறது. காலம் மன ஓட்டம் எல்லாமே. ஆனால் நீங்கள் பயந்தால் எல்லாமே மீண்டும் ஆரம்பித்துவிடும்.

அடுத்தமுறை உங்கள் சுவாசம் நிற்கும்போது அமைதியாக இருங்கள் உங்களுக்குக் கிடைத்த இடைவெளியைக் கூர்ந்து கவனியுங்கள். அந்த இடைவெளியில் உண்மையான தியானம் என்றால் என்னவென்பதை உணர்வீர்கள்.

ஆனால் பொதுவாக எல்லாரும் பயந்துவிடுவார்கள். ஏனென்றால் நாம் எப்போதுமே சுவாசத்தை நாம் உயிர்வாழ்வதோடு இணைத்துப் பார்க்கிறோம். சுவாசிக்காவிட்டால் செத்துவிடுவோம் என்ற பயம் வலுவாக இருக்கிறது. அதனால் சுவாசம் லேசாகத் தடைப்பட்டாலோ மூச்சுத்திணறல் ஏற்பட்டாலோ நமக்கு மரணபயம் வந்துவிடுகிறது.

ஒருநாள் நீங்கள் சாகத்தான் போகிறீர்கள். கடலில் தோன்றும் ஓர் அலையாக இருக்கும் நீங்கள் அந்தக் கடலிலேயே இரண்டறக் கலந்துவிடப்போகிறீர்கள். ஆனால் அது சாவு இல்லை. அதுதான் உண்மையான வாழ்க்கை.

இரண்டு வகையான வாழ்க்கை இருக்கிறது. ஒரு வாழ்க்கை மேலோட்டமானது. அது நாம் உள்ளே இழுத்து வெளியே விடும் மூச்சுக்காற்றைச் சார்ந்து இருக்கிறது. உடலும் மனமும் வாழும் வாழ்க்கை அது. இன்னொரு வகை வாழ்க்கை இருக்கிறது., அது

நம் சுவாசத்தைச் சார்ந்திருப்பது இல்லை. அது நமது சுவாசத்தை விட ஆழமானது. சுவாசமில்லாமலும் அது இருக்க முடியும். அதுதான் ஆன்மிக வாழ்க்கை. அதைத் தெய்விக வாழ்க்கை என்றும் சொல்லலாம்.

முதலில் கொஞ்சம் பயம் வருவது இயற்கைதான். அதை அனுமதியுங்கள். உங்கள் சுவாசம் நிற்கும்போது கிடைக்கும் இடைவெளியில் உள்ள அமைதியை ரசித்து அனுபவியுங்கள். இயக்கமே இருக்காது. ஏனென்றால் எல்லா இயக்கமும் உங்கள் மனதிலிருந்துதான் ஜனிக்கின்றன. உங்கள் மனம் இயங்கவில்லையென்றால் எதுவுமே இயங்காது. அந்தக் கணத்தில் ஒரு கதவு திறக்கும். ஆனால் நீங்கள் பயந்துவிட்டால் அதைப் பார்க்கத் தவறிவிடுவீர்கள். உங்கள் மூச்சைப்பற்றிய கவலையில் ஆழ்ந்திருந்தால் கதவு திறந்திருப்பது உங்கள் கண்ணுக்குத் தெரியாது. அடுத்தமுறை அது நிகழும்போது பரவசப்படுங்கள். நன்றியுணர்வோடு இருங்கள். உங்களுக்கு அரிய வாய்ப்பு ஒன்று கொடுக்கப்பட்டதற்காக நன்றி சொல்லுங்கள். சுவாசத்தைப் பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள்.

உள்ளே பாருங்கள். கதவு திறக்கும். அதை ஒருமுறை பார்த்து விட்டால் போதும். உங்கள் வாழ்க்கையே அடியோடு மாறிவிடும். உங்கள் நோக்கம் கதவில் இருக்கவேண்டும் சுவாசத்தில் அல்ல. அந்தக் கதவு வழியாக வேறு ஓர் உலகத்திற்குள் நுழைவீர்கள்.

நான் தைரியமாக இருக்க முயற்சி செய்யட்டுமா இல்லை...

வேண்டாம். தைரியமாக இருக்க முயற்சி செய்யாதீர்கள். அந்த முயற்சியே ஒரு வகையில் கோழைத்தனம்தான். நெகிழ்வாக இருங்கள். நடப்பதை ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள். தைரியமாக இருக்க முயற்சி செய்தால் ஒரு சண்டையைத் தொடங்குவீர்கள். பின் மீண்டும் அதே இடத்தைப் பிடித்துக் கொண்டு தொங்குவீர்கள்.

சாகப் போகிறோம் என்று தோன்றினால்கூட 'சரி நான் சாவையும் மனமார வரவேற்கிறேன்' என்று சொல்லுங்கள். போதும்., தைரியமாக இருத்தல் என்பது நேரெதிர் முனைக்குப்

போவதற்குச் சமம். அது உதவாது. கோழைத்தனத்துக்கும் துணிச்சலுக்கும் இடைப்பட்ட பிரதேசத்தில் இருக்கிறீர்கள்.

அப்புறம் இன்னொரு விஷயம். என்னால் இப்போது என் பார்வையைப் பொருட்களின் மேல் கூர்மையாகச் செலுத்த முடிகிறது. இன்று காலை நீங்கள் உரையாற்றியபோது தான் அதைச் செய்ய ஆரம்பித்தேன். .. இப்போது நான் நிலா, மலர்கள் போன்றவற்றை ரசித்துப் பார்த்துக் கொண்டிருக் கிறேன். ஆனால் என் உடல்... (கேள்வி கேட்டவர் உடலை இந்தப் பக்கமும் அந்தப் பக்கமும் ஆட்டிக் காண்பிக்கிறார்)

நல்லது. அப்படியே ஆடட்டும். உங்கள் அனுபவித்தல் ஒரு நடனத்தைப் போல் இருக்கட்டும். இது ஒரு நுட்பமான நடனம். ஒரு மலரைப் பார்த்து உங்கள் உடல் இப்படியும் அப்படியும் ஆடத் தொடங்கினால் அதுவும் ஒரு வகையில் நடனம்தானே! நல்லது. அது நளினத்தோடு இருக்கட்டும். அதை நன்றாக ரசியுங்கள். இப்போது உங்கள் மொத்த உடலும் மலரின் அழகை ரசிக்கிறது. நீங்கள் நிலாவைப் பார்க்கும்போது உங்கள் உடல் ஆடத் தொடங்கினால் அது சந்திரனின் கிரணங்களை உள்வாங்கிக் கொண்டு உங்களுக்குள் ஒரு புது நடனத்தை உருவாக்குகிறது என்று பொருள். அப்படி ஒரு நடனம் இருக்கிறது என்பதே இதுவரை உங்களுக்குத் தெரியாது.

சந்திரனைப் பார்த்துக் கடல் பொங்குவதில்லையா? அதுபோலத் தான் இது. உங்கள் உடல் நகரத் தொடங்குகிறது. அதுவரை தூங்கிக் கொண்டிருந்த அந்த நுட்பமான அசைவு இப்போது விழித்துக் கொள்கிறது. அதை வற்புறுத்தாதீர்கள். அனுமதியுங்கள். அதன்பின் நீங்கள் மலரையும் நிலவையும் உங்கள் மனதாலும் அறிவாலும் மட்டும் அனுபவிக்க மாட்டீர்கள் உங்கள் மொத்த ஆன்மாவாலும் உடலாலும் ரசித்து அனுபவிப்பீர்கள். முழுமையாக நீங்கள் அதை ரசிக்காவிட்டால் அது மனம் சம்பந்தப்பட்ட ஒரு சாதாரண ரசிப்பு அனுபவமாக மட்டுமே இருக்கும்.

தினமும் மூன்று மணி நேரம் நான் பொருள்களை இப்படிப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தால் எனக்கு அசாதாரணமான சக்தி ஏதாவது கிடைக்குமா? அதனால் ஏதாவது பிழை

ஏற்பட வாய்ப்புண்டா? எனக்கு எவ்வளவு நேரம் அப்படிச் செய்யப் பிடித்திருக்கிறதோ அவ்வளவு நேரம் செய்யலாமா? அதன்பின் எனக்கு ஒரு நிறைவு ஏற்படுகிறது. முதலில் இந்த அனுபவத்தைப் பெற வேண்டும் என்ற பேராசை இருந்தது. ஆனால் கடந்த வாரத்தில் அந்தப் பேராசை வெகுவாகக் குறைந்துவிட்டது. அந்த அனுபவம் வரவேண்டும் என்று என்னை நானே வற்புறுத்திக் கொள்வதன்மூலம் என் சக்தியை விரயமாக்குகிறேனோ என்ற உணர்வும் இருக்கத்தான் செய்கிறது.

வேண்டாம். வற்புறுத்தாதீர்கள். பேராசை வந்துவிட்டால் உங்களுக்கு விரைவிலேயே அலுப்புத் தட்டிவிடும். அதை அளவுக்கதிகமாகச் செய்ய முற்பட்டால் அதில் பொதிந்து இருக்கும் அழகு மறைந்துவிடும். உங்கள் மனமோ உங்கள் பேராசையோ தூண்டிவிட்டு அதைச் செய்யாதீர்கள்.

அது நடக்கும்போது அனுமதியுங்கள். அது ஒருபோதும் அளவைத் தாண்டி இருக்காது. ஏனென்றால் உடலுக்கு அதன் தாங்கும் சக்தி நன்றாகத் தெரியும். உங்கள் உடல் சொல்வதை உன்னிப்பாகக் கேட்டால் ஒரு நாளும் நீங்கள் அளவைத் தாண்ட மாட்டீர்கள். எவ்வளவு தேவை என்று உங்கள் உடலுக்குத் தெரியும். உடல் எப்போதும் உண்மையாக இருக்கும்.

உதாரணமாக நீங்கள் சாப்பிடும்போது வயிறு நிறைந்துவிட்டால் உடனே உடல் “போதும். இனிமேல் சாப்பிடாதே” என்று கூச்சல் போடும். ஆனால் மனம் “இன்னும் கொஞ்சம் ஐஸ்க்ரீம் மட்டும் சாப்பிடலாமே” என்று கெஞ்சும்.

உங்கள் உடல் சொல்வதைக் கேட்டால் ஒரு பிரச்சினையும் இல்லை. உங்கள் உடல்தான் உங்களுடைய ஆசிரியர். அது சொல்வதைத்தான் நீங்கள் கேட்கவேண்டும்.

நல்லது நடக்கிறது. நல்லது.

○

இருபத்து ஐந்தாம் நாள்

சுதந்திரமே உங்கள் உள்ளார்ந்த இயல்பு

மற்றவர்கள் என்னைக் கேலியாகப் பார்ப்பதை என்னால் தாங்கிக் கொள்ளமுடியவில்லை. அதிலும் குறிப்பாக இப்போது நான் உங்கள் சந்நியாசியாகக் காவியுடை அணிந்து கொண்டிருக்கும்போது அப்படிப்பட்ட அலட்சியமான பார்வையை ஏற்க முடியவில்லை. அந்த விஷயத்தில் நான் எளிதில் உணர்ச்சிவசப்பட்டுவிடுகிறேன். நான் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள்?

காவி உடை அணிவதன் நோக்கமே அதுதான். நீங்கள் உங்களை ஒளித்து வைக்க முடியாது. மற்றவர்களிலிருந்து வேறுபட்டுத் தனியாகத் தெரிவீர்கள். உங்கள் பாதையைக் கடந்து செல்லும் ஒவ்வொரு பார்வையையும் நீங்கள் சமாளித்தேயாக வேண்டும்;

பொதுவாக நாம் எல்லாரும் செய்வதைச் செய்து ஒத்துவாழ்தல் என்ற போர்வையில் மறைந்துகொண்டுவிடுகிறோம். சமுதாயத்துடன் ஒத்துப் போகும்போது நீங்கள் கூட்டத்தோடு கூட்டமாகக் கலந்துவிடுகிறீர்கள். யாரும் உங்களைக் குறிப்பாகப் பார்ப்பதில்லை. நீங்கள் ஒரு முகமற்ற வாழ்க்கை வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். அதனால்தான் மக்கள் ஒரு கூட்டத்தில் ஒரு சமுதாயத்தில் பிரிவுகளில் குழுக்களில் கோஷ்டிகளில் சேர்ந்து வாழ்கிறார்கள்.

தனித்து நின்று அடுத்தவர் பார்வைகளுக்கு இலக்காவதற்கு ஒரு தனித் துணிச்சல் வேண்டும். மற்றவர்கள் பேச்சை இந்தக் காதில் வாங்கி அந்தக் காது வழியாக வெளியே விட்டுவிடுங்கள். மற்றவர்களைப் பொருட்படுத்தாதீர்கள் உங்களை விமர்சிப்பதோ அங்கீகரிப்பதோ அவர்கள் வேலை அல்லவே!

உண்மை என்னவென்றால் அவர்களுடைய கருத்து உங்களைப் பாதிக்கவில்லை. அவர்கள் உங்களுக்குச் சாதகமாக இருக்க

வேண்டுமே என்ற உங்கள் எதிர்பார்ப்புதான் உங்களைப் பாதிக்கிறது. இந்த எதிர்பார்ப்பு நிறைவேறாததால் நீங்கள் சலனப்படுகிறீர்கள்.

அதனால்தான் உங்களுக்கு நான் காவியுடை கொடுக்கிறேன். அடுத்தவர்கள் உங்களை ஒரு மாதிரியாகப் பார்க்கும்போது ஒன்று உங்களுக்குக் கிறுக்குப் பிடிக்கும். இல்லாவிட்டால் உங்கள் தவறான எதிர்பார்ப்புகளை விட்டுவிட்டுப் பக்குவநிலையை அடைவீர்கள்.

அடுத்தவர்களின் அங்கீகாரத்தை ஏன் எதிர்பார்க்கிறீர்கள்? நீங்கள் இருக்கும் நிலையே நல்லதுதானே இதற்கு எதற்கு அடுத்தவரின் ஒப்புதல் வேண்டும் என்று நினைக்கிறீர்கள்?

அங்கீகாரத்தைச் சார்ந்து வாழும் வாழ்க்கை போலியானது. அது உங்கள் வாழ்க்கையே அல்ல. அதில் அங்கீகாரம் மட்டும் தான் இருக்கும்.. நிஜம் இருக்காது. அதனால் வேதனைதான் மிஞ்சும். வாழ்க்கைக்கு ஓர் அர்த்தமேயில்லாமல் போய்விட்டதே என்று உங்களுக்கு விரக்தி ஏற்படும்.

உண்மையான வாழ்க்கைக்கு மட்டும்தான் அர்த்தம் இருக்கும். உண்மையான வாழ்க்கை வாழும்போது மற்றவர்கள் என்ன சொல்கிறார்கள் என்பதைப் பற்றிக் கவலைப்படமாட்டீர்கள். உங்களால் என்ன செய்யமுடியும் என்பதைப் பற்றித்தான் யோசிப்பீர்களேயொழிய அவர்கள் என்ன எதிர்பார்க்கிறார்கள் எதை அங்கீகரிப்பார்கள் என்பதைப் பற்றிக் கவலைப்பட மாட்டீர்கள்.

மற்றவர்களை மறந்துவிடுங்கள். நீங்கள் த்னியாக இருப்பதாக நினைத்துக் கொள்ளுங்கள். கூட்டத்தோடு கூட்டமாக இருங்கள் தப்பில்லை. ஆனால் கூட்டத்தோடு ஒன்றிவிடாதீர்கள். அவர்கள் ஏன் உங்களைப் பற்றிக் கவலைப்படவேண்டும்? அவர்களுக்குக் கிறுக்குப் பிடித்திருக்கிறது. அவர்களைப் பற்றி நீங்கள் கவலைப்பட்டால் உங்களுக்கும் கிறுக்குப் பிடித்திருக்கிறது என்றுதான் கொள்ளவேண்டும். ஆரோக்கியமான மனநிலை உள்ள ஒருவன் அடுத்தவர்களைப் பற்றிக் கவலைப்பட் மாட்டான். அடுத்தவர்களை எடைபோட மாட்டான். அடுத்தவர்களைக் கூண்டில் நிறுத்தித் தீர்ப்பு வாசிக்க மாட்டான்.

அடுத்தவர்கள் ஆக்கப்பூர்வமாக எதையாவது செய்ய விரும்புகிறார்களா? நல்லது. அடுத்தவர்கள் கிறுக்குத்தனமாக எதையாவது செய்ய விரும்புகிறார்களா? அதுவும் நல்லதுதான். அவர்கள் வாழ்வது அவர்கள் வாழ்க்கை. அதற்கு அவர்களே பொறுப்பு.. அதனால் ஓர் ஆரோக்கியமான மனிதன் அடுத்தவர்களை எடைபோட மாட்டான். அடுத்தவர்கள் கருத்தைக் கேட்கமாட்டான். அடுத்தவர்களைக் கருத்துக் கேட்டால் நீங்களே உங்கள் கருத்தில் உறுதியாக இல்லை என்றுதான் பொருள். உங்களுக்கு உங்கள் மேலேயே நம்பிக்கை இல்லை. அதனால்தான் ஆதரவு தேடுகிறீர்கள்.

இன்று ஒரு நிகழ்வைப் பற்றிப் படித்தேன். ஒரு மனிதன் ரயிலில் ஏறினான். அந்த ரயில் லண்டன் போகும் ரயில் என்று நாலா பக்கமும் கொட்டை கொட்டையாக எழுதியிருந்தது. என்றாலும் ஒரு சக பயணியிடம் 'இது லண்டன் போகுமா?' என்று கேட்டான். செய்தித்தாளில் மூழ்கியிருந்த அந்த சக பயணி தலையைத் தூக்காமல் 'ஆம்' என்று விட்டேற்றியாகச் சொன்னான். முதலாமவனுக்கு நம்பிக்கை பிறக்கவில்லை. மீண்டும் அதே கேள்வியைக் கேட்டான்.

"ஆமாய்யா. இந்த ரயில் லண்டனுக்குத்தான் போகுது." என்று எரிச்சலுடன் பதில் சொன்னான் சகபயணி.

இந்தக் கூத்தைப் பார்த்துக்கொண்டிருந்த மற்றொரு பயணி முதலாமவனிடம் கேட்டான்.

"ஏன்யா உனக்கு எழுதப்படிக்கத் தெரியும்ல? இந்த ரயில் லண்டனுக்குப் போகுதுன்னு பாக்கற இடத்துல எல்லாம் கொட்டை கொட்டையா எழுதி வச்சிருக்காங்கல்ல? வாய மூடிக்கிட்டு வாய்யா.;"

ஒருவழியாக முதலாமவனுக்கு நம்பிக்கை வந்துவிட்டது. அப்போது ரயில் ஒரு நிலையத்தில் நின்றது. ஒருவன் ரயிலில் ஏறினான். அவன் முதலாமவனைப் பார்த்துக் கேட்டான்

"இந்த ரயில் லண்டனுக்குப் போகிறதா?"

"அடப்பாவி நான் கட்டிக்காத்த என் நம்பிக்கையைக் குலைத்துவிட்டாயே!"

இதைத்தான் நீங்களும் செய்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். நீங்கள் நல்லவரா கெட்டவரா, அழகானவரா அசிங்கமானவரா என்ற சந்தேகத்தை யார் வேண்டுமானாலும் கிளப்பலாம். அடுத்தவர் கருத்தைச் சார்ந்து வாழ்வது ஒரு போலியான வாழ்க்கை.

சந்நியாசத்தின் நோக்கமே அந்தச் சார்பைத் தகர்த்தெறிவதுதான். உங்கள் வாழ்க்கை நல்லதாக இருக்கலாம். கெட்டதாக இருக்கலாம். ஆனால் அது உங்கள் வாழ்க்கை. விரைவிலேயே நீங்கள் யாரென்று புரிந்து கொள்வீர்கள். அப்படித் தெரிந்து கொண்டால் அடுத்தவரின் வார்த்தைகள் உங்களைப் பாதிக்காது. அவர்கள் வார்த்தைகள் அவர்கள் மனநிலையைத்தான் காட்டும். பாவம், அவர்களும் இந்த நிராகரிப்பு-அங்கீகார உலகில்தான் வாழ்கிறார்கள்.

நீங்கள் வித்தியாசமாகக் காவி உடை அணிந்திருப்பதைப் பார்த்து சமுதாயத்துடன் ஒத்துப் போகாததைப் பார்த்து அவர்கள் பயப்படுகிறார்கள். அவர்களை நிலைகுலையச் செய்கிறீர்கள். அவர்களுக்குள் சந்தேகத்தை விதைக்கிறீர்கள். ‘ஆஹா இன்னொரு வகையான வாழ்க்கை இருக்கிறது என்பதை நாம் பார்க்க மறந்து விட்டோமே! நாம் வாழ்வது சரியான வாழ்க்கையில்லையோ’ என்று எண்ணுகிறார்கள்.

தங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்வதற்காக அவர்கள் உங்களை விமர்சிக்கிறார்கள். அவர்கள் உலகிற்கு நீங்கள் ஒரு ஜன்னலைக் கொண்டு சென்றிருக்கிறீர்கள். ஆனால் அவர்களுக்கு இந்த ஜன்னல் வழியாகப் பார்க்கப் பிடிக்கவில்லை. அவர்கள் தங்களுடைய ஜன்னலில் அதிகமாக முதலீடு செய்துவிட்டார்கள். சில விதிகளின்படி ஒரு குறிப்பிட்ட வாழ்க்கையை வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். இப்போது அவர்களுக்கு முன்னால் நீங்கள் ஒரு புதிய உலகத்தை, புதிய விதிகளைக் காண்பிக்கிறீர்கள். அவர்கள் கடைப்பிடிக்கும் வழிக்கு ஒரு மாற்று இருக்கிறது என்பதை உணர்கிறார்கள். அந்த மாற்றுவழி தங்கள் வழியைவிட நன்றாக இருக்குமோ என்ற ஐயமும் வந்துவிடுகிறது. ஒருவேளை உண்மையான வாழ்க்கையை அவர்கள் தவறவிட்டுவிட்டார்களோ!.

அப்படித்தான் தோன்றுகிறது.. அதனால்தான் அவர்கள் எதிலும் ஓர் உறுதியில்லாமல் இருக்கிறார்கள். அவர்கள் தங்கள்

வாழ்க்கைமுறைதான் சரி என்று நினைக்கிறார்கள். அவர்கள் விமர்சனத்தைப் பார்த்து நீங்கள் வேதனைப் பட்டால் அவர்கள் மகிழ்ச்சியாக இருப்பார்கள். அப்போது அவர்களுக்குத் தாங்கள் செய்ததுதான் சரி என்று நிச்சயமாகத் தெரிந்துவிடும். அப்போதுதான் அவர்களுக்கு ரயில் லண்டனுக்குத்தான் போகிறது என்பது தெரியும்.

ஆனால் அவர்கள் விமர்சனத்தால் பாதிக்கப்படாமல் நீங்கள் சிரித்துக்கொண்டு இருந்தால் கூடிய விரைவில் 'இந்த சந்நியாசத்தால் அப்படி என்ன சாதித்து விட்டாய்?' என்று உங்களைக் கேட்பார்கள். நீங்கள் உங்கள் வழியில் உறுதியாக நடந்தால் அவர்கள் வாழ்க்கையை எப்படி வாழ்வது என்று உங்களிடம் கேட்பார்கள். துன்பத்தைத் தவிர்க்கும் வழியை நீங்கள் கண்டுபிடித்துவிட்டால் அதை அவர்களுக்கும் சொல்லித்தரச் சொல்வார்கள். முதலில் உங்களைப் பார்த்துச் சிரிப்பார்கள். பின் விமர்சனம் செய்வார்கள். அதற்கும் நீங்கள் அசைந்து கொடுக்கவில்லையென்றால் உங்களிடம் அந்த அளவிற்கு வலிமையும் துணிச்சலும் இருந்தால் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அவர்கள் உங்களைப் பின்தொடர ஆரம்பிப்பார்கள்.

அவர்கள் உங்களை விமர்சிக்கிறார்களா? பின்தொடர்கிறார்களா? என்பதல்ல கேள்வி. நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையை வாழ்கிறீர்களா? இல்லை அடுத்தவர்களைப் பின்பற்றி அவர்கள் வாழ்க்கையை வாழப் போகிறீர்களா? என்பதுதான் கேள்வி.

இதில் எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை. கொஞ்சம் புரிந்துணர்வு இருந்தால் போதுமானது. இந்தக் கணத்திலிருந்து முயற்சி செய்து பாருங்களேன். நல்லது.

இசைக்குழுவின் தலைவர் தன் குழுவிற்கு ஒரு நல்ல பெயர் சூட்டும்படி ஓஷோவைக் கேட்கிறார்.

பெயரா? நான் சொல்கிறேன். நாதம் என்று வையுங்கள். அதுதான் சப்தத்தின் உச்சம். எல்லா சப்தமும் நின்றுவிட்டாலும் எல்லா இரைச்சலும் ஓய்ந்துவிட்டாலும் சப்தமற்றநிலையின் சப்தத்தை நாம் கேட்கலாம். அமைதியின் குரலைக் கேட்கலாம். அதுதான் நாதம்.

நாதம்தான் அனைத்து சப்தங்களுக்கும் மூலம். யோக சாஸ்திரத்தில் எல்லாமே சப்தத்தால்தான் உருவானது என்ற ஒரு கோட்பாடு இருக்கிறது. ஒருவழியில் பார்த்தால் யோக சாஸ்திரமும் விஞ்ஞானமும் இந்த இடத்தில் ஒத்துப் போகிறது. சப்தம் என்பது மின்காந்த அலைகள் என்று விஞ்ஞானம் சொல்கிறது. மின்சாரமே ஒருவகை நாதம் என்று யோகம் சொல்கிறது. ஒரே உண்மையை இருவேறு வழிகளில் போய்ச் சேர்ந்திருக்கிறார்கள். யோகநிலை அமைதியின் மூலமாகத்தான் வருகிறது. எண்ணங்களை விலக்குவதாலும் மனதின் இரைச்சலை நீக்குவதாலும்தான் யோகநிலை கூடுகிறது. நமக்குள் இருக்கும் அந்த ஜீவநாதத்தைக் கேட்பதுதான் யோகநிலை. அந்த நாதம்தான் அனைத்திற்கும் அடிப்படை என்கிறது யோக சாஸ்திரம்.

ஒரு குழுவினர் (ததாதா குழு) வந்திருக்கிறார்கள். அதில் ஒரு பெண் தான் அந்தக் குழுவின் தலைவருடன் வசிப்பதாகவும் முந்தைய நாள் இரவு அவள் தலைவருக்குக் குழுவை நடத்திச் செல்ல உதவியதாகவும் சொல்கிறாள்.

கூடவே இருப்பது சரி என்று எனக்குத் தோன்றவில்லை. எப்போதும் கூட இருப்பது காதலை அழித்துவிடும். அவருக்கு நீங்கள் உதவி செய்யவேண்டும் என்று நான் சொல்லவில்லையே! உங்களுக்கு உங்கள் வேலை இருக்கிறது. அவருக்கு அவர் வேலை. நீங்கள் சேர்ந்து வசிக்கலாம். ஆனால் இருவரும் 24 மணிநேரமும் சேர்ந்தே இருக்காதீர்கள். சிக்கலாகிவிடும்.

நீங்கள் அவருக்கு இடைஞ்சலாகத்தான் இருப்பீர்கள். குழுவிற்குக் கொஞ்சம் சுதந்திரம் வேண்டும். காதலர்கள் தங்களுக்குள் எந்த சுதந்திரத்தையும் அனுமதிக்க மாட்டார்கள். நீங்கள் அவருடைய குழுவையும் அவர் சுதந்திரத்தையும் அழித்துவிடுவீர்கள். இறுதியில் உங்களுடைய காதலையும் அழித்துவிடுவீர்கள். முடிவு உங்கள் கையில்.

ஒவ்வொரு நாளும் சில மணி நேரங்களாவது பிரிந்திருப்பது நல்லது. மீண்டும் ஒருவரை ஒருவர் சந்திக்கும்போது ஒருவருக்கு ஒருவர் தயாராக இருப்பீர்கள். இது வாழ்க்கையின் எளிய விதி. நீங்கள் ஒருமுறை உண்டால் அடுத்த நான்கு ஐந்து மணி

நேரத்திற்கு உணவைப் பற்றி மறந்துவிட வேண்டும். அப்போதுதான் மீண்டும் உங்களுக்குப் பசி எடுக்கும். தொடர்ந்து உண்டுகொண்டே யிருந்தால் உங்களுக்குப் பசியே எடுக்காது.

அதனால் வேலை செய்யும்போது நீங்கள் இருவரும் சேர்ந்து வேலை செய்யாதீர்கள். ஓய்வு நேரத்தில் ஒன்றாக இருங்கள் தப்பில்லை.

எப்போதும் சேர்ந்திருந்தால் உங்கள் இருவரின் சுதந்திரமும் போய்விடும். உங்களுக்கென்று இருக்கும் தனியிடமும் போய்விடும்.

(பின் அந்தப் பெண்ணின் காதலரிடம் (குழுத் தலைவரிடம்) ஓஷோ கேட்கிறார்.) நீங்கள் ஏதாவது சொல்ல விரும்புகிறீர்களா?

குழுவைச் சமநிலைப்படுத்த அவள் உதவியாக இருந்தாள்.

ஒவ்வொரு காதலனும் ஆரம்பத்தில் அப்படித்தான் நினைக்கிறான். அதுதான் காதலர்களின் முட்டாள்தனம். காதல் வயப்பட்ட ஒவ்வொரு ஜோடியும் ஒருவருக்காக ஒருவர் படைக்கப்பட்டோம் என்று நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறது. ஒரே வாரத்தில் எல்லாம் மாற ஆரம்பித்துவிடும். அதைப் பரிசோதித்துப் பார்க்க விரும்பினால் பணி நேரத்திலும் ஒன்றாகவே இருங்கள்.

நான் ஏற்கனவே அதை முயன்று பார்த்திருக்கிறேன். அது சரியாக வரவில்லை. ஆனால் என்னைப் பொறுத்தமட்டில் நான் பலவிஷயங்களைத் தெரிந்து கொண்டேன். என்னுடைய பல்வேறு பகுதிகளை அவளுக்குக் காட்ட வேண்டும் என்ற ஆதங்கத்தில்தான் இந்த ஏற்பாடு..

எந்தச் சமயத்திலும் காதல் ஓர் உத்தியாக மாறிவிடக்கூடாது. அது ஒரு தனி உலகமாக இருக்க வேண்டும் ஒரு தனிக்கோயிலாக இருக்க வேண்டும். நம் காதல் உலகமும் பணி உலகமும் எந்நாளும் ஒன்றாகக் கலக்கக் கூடாது. காதல் ஒரு கவிதையாகவே இருக்க வேண்டும். அது ஒருநாளும் சந்தைக்கு வரக் கூடாது.

எங்களுக்குள் ஒரு பிரச்சினை வந்தால் உதவி செய்ய நீங்கள் இருக்கிறீர்கள் என்ற நினைப்பு தெம்பைக் கொடுக்கிறது. நீங்கள் என்ன சொன்னாலும் செய்யத் தயாராக இருக்கிறோம்.

நீங்கள் எப்போது வேண்டுமானாலும் வரலாம். ஆனால் நான் சொல்வதைக் கேட்க வேண்டும். உங்கள் மனம்போன போக்கில் நடந்து கொள்வதால் எந்தப் பயனும் இல்லை. இனிமேலாவது நான் சொல்வதைக் கேளுங்கள். இனிமேல் நீங்கள் இருவரும் ஒன்றாகப் பணிபுரியக் கூடாது.

உங்கள் சக்தியை ஆக்கப்பூர்வமாகப் பயன்படுத்திக் கொண்டால் இன்னும் சக்தி பெருகும். வாழ்க்கை வளமைத் தத்துவத்தை நம்பு கிறது. அள்ளி அள்ளிக் கொடுக்கிறது. வாழ்க்கையை உன்னிப்பாகப் பார்த்தால் அதில் இருக்கும் மகத்தான ஆடம்பரம் விளங்கும். நாம் உயிர் வாழ்வதற்கு மலர்கள் தேவையில்லை. பட்டாம்பூச்சிகள் தேவையில்லை. பறவைகளும் அவற்றின் ஓசைகளும் தேவையில்லை. குயிலின் பாட்டு தேவையில்லை. மயிலின் நடனம் தேவையில்லை. என்றாலும் இவையெல்லாம் அபரிமிதமாக இருக்கிறது. தேவைக்கு அதிகமாகவே இருக்கிறது.

ஆயிரத்தியோரு வழிகளில் இருப்புநிலை மலர்ந்து விகசித்துக் கொண்டேயிருக்கிறது. வாழ்க்கை அபரிமிதத்தைத்தான் நம்புகிறது. நிரம்பி வழிவதைத்தான் ஆசைப்படுகிறது. வாழ்க்கையோடு ஒட்டி வாழ நினைப்பவர்களிடம் ஊதாரித்தனம் இருக்கவேண்டும். கஞ்சத்தனம் கூடாது.

இன்னும் ஒரு கேள்வி. ஒரு வாரம் விடுமுறை எடுத்து கொண்டு நாங்கள் கோவா செல்லலாமா?

தேவையில்லை. தேனிலவிற்குச் செல்லாதீர்கள். அது எல்லாக் காதலையும் முடித்துவைத்துவிடும்.

இந்தியர்கள் இந்த விஷயத்தில் மிகவும் புத்திசாலிகள். இந்தியாவில் விவாகரத்து அவ்வளவாகக் கிடையாது. அந்தக்காலத்தில் விவாகரத்து என்றால் என்னவென்றே பலருக்கும் தெரியாது. இந்தியர்களின் திருமணத்தில் ஓர் உத்தி இருந்தது. திருமணம் முடிந்தவுடன் தேனிலவிற்குச் செல்வது என்பதே கிடையாது. கணவனும் மனைவியும் ஒருவரை ஒருவர் பகலில் பார்த்துக் கொள்ளவே முடியாது. மக்கள் கூட்டுக் குடும்பங்களில் வாழ்ந்தார்கள். வீட்டுப் பெரியவர்கள் முன் கணவன் - மனைவி கொஞ்சம் நெருக்கமாக இருந்தாலும் அது அவமரியாதையாகக் கருதப்பட்டது.

சில குடும்பங்களில் வருடக்கணக்கில் மனைவியின் முகத்தையே பார்க்காத கணவர்களும் இருப்பார்கள். அவர்கள் இருட்டில்தான் சந்திக்க முடியும். அதுவும் யாருக்கும் தெரியாமல் திருடர்களைப் போல்தான் சந்திக்கவேண்டியிருந்தது. அவர்களிடையே இருந்த தாம்பத்தியம் ஒரு திருட்டு மாங்கனியாகத்தான் இருந்தது. அதனாலேயே அதற்கு ஒரு சுவை இருந்தது. திருட்டுக் காதலுக்கு ஒரு தனியழகு இருக்கத்தான் செய்யும்.

மேலைநாடுகளில் கூட்டுக் குடும்பம் என்பதே இல்லாமல் போய்விட்டது. அதனால் திருமணங்கள் ஏறக்குறைய அழிந்தே விட்டன. கணவனும் மனைவியும் எந்த நேரமும் சேர்ந்தே இருக் கிறார்கள். அவர்கள் சண்டை போட வேறு யாரும் இல்லையாதலால் அவர்களுக்குள்ளேயே சண்டை போட்டுக் கொள்கிறார்கள். ஒருவரை ஒருவர் நன்றாகத் தெரிந்து கொண்டபின் சலிப்புத் தட்டிவிடுகிறது. அதன்பின் மனம் வேறு ஓர் ஆணையோ பெண் ணையோ நாடத் தொடங்குகிறது. ஏனென்றால் மனித மனம் எப்போதுமே புதிய ஒன்றுக்காக ஏங்கிக்கொண்டிருக்கும். அது மனதின் சுபாவம்.

காதலையும் திருமணத்தையும் காப்பாற்ற எல்லாருமே இந்தியாவின் வழியைப் பின்பற்றும் காலம் வந்துவிட்டது.

அதனால் எல்லாவற்றையும் என்னிடம் விட்டுவிடுங்கள். தேனிலவு செல்லும் தகுதியைப் பெறும் வழியைப் பாருங்கள். தகுதி வந்தவுடன் நானே அனுப்பி வைக்கிறேன். தேனிலவு என்பது திருமணவாழ்க்கையின் ஆரம்பக் காட்சியாக இருக்கக்கூடாது. அப்படி இருந்தால் அதுவே திருமணத்தின் கடைசிக்காட்சியாகிவிடும். என்னைப் பொறுத்தமட்டில் தேனிலவு திருமணத்தின் உச்சகட்டக் காட்சியாக இருக்க வேண்டும். வயதான தம்பதியரைத்தான் தேனிலவுக்குப் போக அனுமதிக்க வேண்டும். அவர்களுக்குத்தான் அந்தத் தகுதி இருக்கிறது. நல்லது.

எனக்கு வயதாகிவிட்டதோ என்று தோன்றுகிறது. என் வழிகளில் நான் இறுகிப் போய்விட்டேனோ என்று நினைக் கிறேன். என்னால் மாற்றிக்கொள்ள முடியும் என்று தோன்ற வில்லை.

மாறுவது கடினம் இல்லை. ஆனால் அதைக் கடினம் என்று நினைத்தால் அது கடினமாகிவிடும். அந்த எண்ணம்தான் உங்களுக்குப் பிரச்சினை. வேறு எதுவும் இல்லை. உங்கள் பழைய ஆடைகளைக் களைவதுபோல் உங்கள் பழைய வழிகளைக் களைந்துவிடலாம்.

யாரும் அவரவர் வழிகளில் இறுகிப்போய் நிற்பதில்லை. உங்கள் இருப்புநிலை எப்போதும் சுதந்திரமாகவே இருக்கிறது. காரணம் சுதந்திரமே உங்கள் உள்ளார்ந்த இயல்பு. எதனாலும் உங்களைச் சிறைபடுத்த முடியாது. இந்தக் கணத்தில் உங்களுக்கு முழு சுதந்திரம் இருக்கிறது. ஏனென்றால் கர்த்தா - செய்பவர் நீங்கள்தான். செய்பவர் எப்போதுமே செயலைவிட வல்லமை வாய்ந்தவராகத்தான் இருப்பார். இதுவரை நீங்கள் என்ன செய்திருந்தாலும் சரி இந்தக் கணத்தில் நீங்கள் சுதந்திரமானவராகத்தான் இருக்கிறீர்கள்.

நீங்கள் கோபப்பட்டிருக்கலாம். ஆனால் கோபம் போனவுடன் தன்னால் சுதந்திரம் திரும்பி வந்துவிடும். ‘ஐயோ கோபப்பட்டு விட்டேனே எப்படி அதிலிருந்து விடுபடுவேன்’ என்று நீங்கள் கவலைப்பட வேண்டாம். நீங்கள் ஏற்கனவே விடுதலை பெற்று விட்டீர்கள். கோபம்தான் போய்விட்டதே. அது ஒரு கணநேர நிகழ்வு. அதனைக் கடந்து வந்துவிட்டீர்கள்.

நீங்கள் மீண்டும் கோபப்பட வேண்டும் என்று தீர்மானித்தால் அது ஒரு புதிய கோபம். நான் ஏற்கனவே பலமுறை கோபப்பட்டதால் தான் இப்போதும் கோபப்படுகிறேன் என்று நினைக்காதீர்கள். நீங்கள் ஓர் இயந்திரம் அல்லவே!

இந்தக் கோபம் புதியது. பழைய கோபம் போய்விட்டது. மீண்டும் கோபப்பட வேண்டும் என்று நீங்களாக முடிவெடுத்து வந்த கோபம் இது.

கடந்தகாலப் பழக்கத்தை விட்டு எந்த நேரத்திலும் விலகிச் செல்லலாம். யாரும் உங்களைப் பிடித்து நிறுத்தமாட்டார்கள். யாராலும் உங்களைப் பிடித்து நிறுத்த முடியாது. உணர்வு நிலை என்பது பூரண சுதந்திரம். இதனைப் புரிந்து கொண்டால் ‘என்னால் இனிமேல் மாறவே முடியாது’ போன்ற தவறான ஆலோசனைகளை உங்களுக்கு நீங்களே தந்துகொண்டிருக்க மாட்டீர்கள்.

நாளைக் காலை தூங்கியெழுந்ததும் ஒரு புதிய மனிதராக வாழ்க்கையைத் தொடங்குங்கள். இன்று புதிதாகப் பிறந்தோம் என்ற நினைப்புடன் வாழ்க்கையைத் தொடங்குங்கள். பழைய முடிவுகளை எல்லாம் அழித்துவிட்டுப் புதிதாகத் தொடங்குங்கள். எந்தத் தடையும் இல்லை. என்னுடைய அனுபவத்திலிருந்து சொல்கிறேன். ஆயிரக்கணக்கானவர்களிடம் இதைச் சோதித்துப் பார்த்துவிட்டுச் சொல்கிறேன். நீங்கள் புது மனிதராக மாற எந்தத் தடையும் இல்லை.

மக்கள் தங்களைத்தானே ஏமாற்றிக் கொண்டிருக்கிறார்கள். "திடீரென்று விடச் சொன்னால் எப்படி விடமுடியும்? இது முப்பது வருடப் பழக்கம் ஆயிற்றே! இதை விடுவதற்கு முப்பது வருடங்களாவது ஆகுமே!" என்று சொல்வார்கள்.

அப்படியே இன்னொரு முப்பது ஆண்டுகள் வாழ்ந்துவிடுவார்கள். பிறகு என்ன சொல்வார்கள் தெரியுமா?

"அறுபது வருடப் பழக்கத்தைத் திடீரென்று எப்படி விடமுடியும்? அதற்கு இன்னும் அறுபது வருடங்களாவது ஆகும்" என்று சொல்வார்கள்.

120 வருடங்கள் கழித்தும் இதையேதான் சொல்லிக் கொண்டிருப்பார்கள்.

அவர்களால் அந்தப் பழக்கத்தை விடவே முடியாது. விடுவது என்றால் இப்போதே விடவேண்டும். இல்லை எந்தக் காலத்திலும் விடமுடியாது. ஆனால் அது உங்கள் முடிவு. யாரும் உங்களை வற்புறுத்தவில்லை.. ஒரு பழக்கத்தைத் தொடர வேண்டு மென்றாலும் அதுவும் உங்கள் முடிவுதான். அதைத் தொடர வேண்டும் என்று மீண்டும் மீண்டும் முடிவு எடுக்கிறீர்கள். எந்த நிமிடத்திலும் அந்தப் பழக்கத்திலிருந்து விடுபட்டு வரும் வல்லமை உங்களுக்கு இருக்கிறது. பழக்கம் என்பது ஓர் உயிரில்லாத பொருள். செத்த பிணம். ஒரு பிணம் எப்படி உயிரும் உயிர்ப்பும் உள்ள உங்களைத் தடுத்து நிறுத்த முடியும்? உங்களைத் தடுக்கும் ஆற்றல் எதற்கும் இல்லை.

நன்றாக யோசியுங்கள். நான் சொன்ன வார்த்தைகளைத் தியானம் செய்யுங்கள்.

நான் குழுவில் இருக்கும்போது மிகவும் பரவசமான ஓர் அனுபவம் கிடைத்தது. என் சிறையைவிட்டு நானே வெளியே செல்வது போன்ற ஒரு பரவசநிலை எனக்கு ஏற்பட்டது.

நல்லது. நீங்கள் இன்னும் அந்தப் பரவசத்தில்தான் இருக்கிறீர்கள். நல்லது. இதனை நிரந்தரமான விழிப்புணர்வாகக் கொள்ளுங்கள். இல்லாவிட்டால் மீண்டும் அதே சிறைக்குள் திரும்பச் சென்றுவிடுவீர்கள்.

இதில் என்ன விசேஷம் தெரியுமா? அந்தச் சிறை மதில்கள் எல்லாமே கரைந்து போய்விட்டன. காரணம் எல்லாமே என் கற்பனைதான்.

ஆமாம் உங்கள் கற்பனைதான். இதில் கவனிக்க வேண்டிய பிரச்சினை என்னவென்றால் சிறைச் சுவர்கள் கரைந்து போய் விட்டதாகக் கற்பனை செய்து கொண்டீர்கள். அதே சுவர்கள் மீண்டும் உருவாவதாகவும் கற்பனை செய்யலாம். ஜாக்கிரதையாக இருங்கள்.

பலரும் ஒரு மகத்தான உள்ளுணர்வைப் பெறுவார்கள். விரைவிலேயே அதை மறந்து விடுவார்கள். மனித மனத்தின் மறதியும் தூங்குமூஞ்சித்தனமும் அலாதியானவை. பல முறை நீங்கள் சிறையை விட்டு வெளியே வந்துவிட்டதாக நினைக்கலாம். பின் அந்த நினைப்பையே மறந்து போய்விடலாம்.

அதனால் அடுத்துவரும் சில நாட்களுக்கு நீங்கள் வெளியே வந்துவிட்டதாகக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். பரவச நிலையில் தொடர்ந்து இருங்கள்.

எப்போதெல்லாம் உங்கள் பிடி நழுவுகிறதோ அப்போது உங்கள் சக்தியை உசுப்பிவிடுங்கள். மீண்டும் பரவசமான விழிப்புணர்வில் மூழ்குங்கள். சில நாட்கள் செய்யுங்கள். அதன்பின் அது நிரந்தரமாகிவிடும். நிரந்தரமான நீரோட்டமாக உங்களுக்குள் என்றென்றும் ஓடிக்கொண்டிருக்கும். அதன் பின்னரும் நீங்கள் மறந்து போகலாம்.

நான் இருக்கிறேன். கவலைப்படாதீர்கள்.

குழுவில் இருக்கும்போது என்னைச் சுற்றி ஒரு சுவரை எழுப்பிக் கொண்டிருப்பது தெரிந்தது. பிறகு அந்தச் சுவர் கீழே விழுந்தது. அந்த சமயத்தில் வாழ்க்கையின் திறந்த நிலையைப் பார்க்கப் பயமாக இருந்தது.

நன்றாக இருந்ததல்லவா? முதல் விஷயம். உங்களைச் சுற்றி ஒரு சுவர் எழுப்பிக்கொண்டிருந்தால் அதனை முதலில் இடித்துத் தள்ளுங்கள்.

நீங்கள் அந்தச் சுவரை எழுப்பியதோடு நிற்கவில்லை அப்படி இருந்தால் அந்தச் சுவர் தன்னால் மறைந்துவிடும். உடனே நீங்கள் மீண்டும் ஒரு சுவரை எழுப்புவீர்கள். உங்களைச் சுற்றிச் சுவர் இருப்பது மட்டுமல்ல; அதனை அங்கே வைத்திருக்க நீங்கள் படாதபாடு படுகிறீர்கள் என்பதும்தான் இப்போது பிரச்சினை.

இந்தச் சிறையில் காவலரும் நீங்கள்தான் கைதியும் நீங்கள்தான். ஏனென்றால் இதில் நீங்கள் மட்டுமே இருக்கிறீர்கள். இந்தப் பிரிவுகள் எல்லாம் மனம் விளையாடும் விளையாட்டுக்கள்.

அந்த விளையாட்டை நிறுத்துங்கள். சுவரோடு ஒத்துழைக்காதீர்கள். கைதியாகவும் இருக்காதீர்கள். காவலனாகவும் இருக்காதீர்கள். கைதியின் நிலையிலிருந்து காவலனின் நிலைக்குப் போவது மிகவும் சுலபம். அப்போது மனதிற்கு மகிழ்ச்சியாக இருக்கும். ஏனென்றால் உங்கள் அகந்தைக்கு இது அரிய விருந்து. ஆனால் அந்தச் சுவர் இன்னும் இருக்கிறது. உங்களுக்குள் பிளவும் இருக்கிறது. கைதியும் தேவையில்லை. காவலனும் தேவையில்லை என்ற நிலை வந்தால்தான் சுவர் தானாகவே மறையும்.

உங்களுக்குள் பிரிவுகள் வேண்டாம். உங்களை முழுமையாக ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

நான்கு சுவர்களுக்கு இடையே இருப்பவர்கள் மேலும் பல பாதுகாப்பு கவசங்களை உருவாக்கிக் கொண்டே போவார்கள். இன்னும் அமைதியான வாழ்க்கை, இன்னும் வசதி, சௌகரியம் என்று பெருக்கிக்கொண்டே போவார்கள். அவர்கள் கேட்பது மரணத்தைத்தான். ஏனென்றால் வாழ்க்கை என்பது தொல்லைகள் நிறைந்த ஒரு போராட்டம்.. ஆனால் ஓர் அழகான போராட்டம்.

அது ஒரு புயல். காட்டுத்தனமான காற்று. ஆனால் அதில் ஓர் அழகு இருக்கத்தான் செய்கிறது.

அடுத்தவரை எடைபோடுவதை நிறுத்திவிட்டேன்.

அடுத்தவரை எடை போடுவது உங்களைச் சுற்றிப் போலியான பாதுகாப்புக் கவசங்களை உருவாக்கிக்கொள்வது எல்லாமே உங்கள் சிறையின் ஒரு பகுதிதான். உங்கள் வாழ்க்கை இதெல்லாம் இல்லாமல் ஒரு திறந்த புத்தகமாக இருக்கட்டும்.

திறந்த நிலை வாழ்க்கையில் உள்ள அச்சங்களை நான் அறிவேன். பரந்த வானத்தின் கீழே இருப்பீர்கள். எப்போது மழை வரும் என்று யாருக்கும் தெரியாது. உங்களிடமோ குடையில்லை. உங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள எதுவுமே இல்லை. இயற்கையின் அபாயங்களுக்குமுன் எந்தக் கவசமும் இல்லாமல் நிற்கும் நிலை அது. ஆனால் அதுதான் வாழ்க்கை. புயல் காற்றிலும் வெள்ளத்திலும்தான் நாம் வளர முடியும்.

இதுவே பழகிவிட்டால் வசதியான வாழ்க்கையைக் கேட்க மாட்டீர்கள். எவ்வளவு பெரிய புயலாக இருந்தாலும் சரி அதன் மையத்தில் எதனாலும் பாதிக்கப்படாத தூய்மையான அமைதி இருக்கும். உங்களைச் சுற்றிப் புயல் இருந்தாலும் அதன் மையத்தில் உத்தமமான அமைதி இருப்பது தெரிந்துவிட்டால் உங்களுக்குப் பக்குவம் வந்துவிட்டது என்று கொள்ளலாம்.

அதன்பின் எந்தப் பயமும் இல்லை. எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை. அதன்பின் மரணம் கூட இல்லை. வாழ்க்கையில் ஒரு மகத்தான உயிர்ப்பு வந்துவிட்டபின் மரணம் வாழ்க்கையில் இரண்டறக் கலந்துவிடும். அப்போது மரணம்கூட அழகாகத்தான் இருக்கும். அதனால் பயப்படாதீர்கள். இன்னும் சில அடிகள் எடுத்து வைத்தால் போதும்.. பயம் தன்னால் போய்விடும். நல்லது.

குழுவின் தலைவர் அமெரிக்காவில் இதுபோன்ற குழுக்களுக்குத் தலைமைதாங்கத் தன்னால் முடியுமா என்று அஞ்சுகிறார்

நீங்கள் கிளம்புவதற்குள் உங்களைத் தயார்ப்படுத்திவிடுவேன். நீங்கள் என் கருவி. கவலைப்படாதீர்கள். என்னை உங்கள்மூலம்

செயலாற்ற அனுமதியுங்கள். அதன்பின் எல்லாம் தன்னால் நடக்கும். எனக்குத் தேவை உங்கள் அனுமதி மட்டுமே.

தலைமைப் பதவியை ஒரு சுமையாக நினைத்தால் நீங்கள் அதைப் பற்றிக் கவலைப்பட ஆரம்பித்துவிடுவீர்கள். தயக்கம் வரும். அதுவே எல்லா எதிர்மறை உணர்வுகளுக்கும் வித்தாகிவிடும். நீங்கள் ஒரு குழுவின் தலைவனாக இருக்கும்போது கொஞ்சம் தயக்கம் காட்டினால் மொத்தக் குழுவும் தயக்கம் காட்டும். நீங்கள் உங்கள் பதவியை ஒரு சுமையாக நினைத்தால் அப்படித்தான் நடக்கும். எல்லாவற்றையும் என்னிடம் விட்டுவிடுங்கள்.

அங்கே குழுவிற்குத் தலைமை தாங்கும்போது உங்களால் தீர்க்கமுடியாத ஒரு பிரச்சினை வந்தால் குழுவினரை சில நிமிடங்களுக்குக் கண்களை மூடிக்கொண்டு அமைதியாக இருக்கச் சொல்லுங்கள். நீங்களும் உங்கள் கண்களை மூடிக் கொள்ளுங்கள். என்னை நினைத்துக் கொள்ளுங்கள். பின் கண்களைத் திறந்துகொண்டு பணியைத் தொடருங்கள். ஒரு மாற்றம் தெரியும். நல்லது.

○

இருபத்து ஆறாம் நாள்

தனிமையில் முழுமையின்மை!

நான் என்னைத் தனிமைப்படுத்திக்கொண்டு வருகிறேன். நான் வேறு ஏதாவது செய்ய வேண்டுமோ என்று தோன்றுகிறது. முதலில் தனிமை இனித்தது. ஆனால் இப்போது அது மாறிவிட்டது.

அப்படியானால் தனிமையிலிருந்து விலகிச் செல்லுங்கள். நாம் எப்போதும் கவனமாக இருக்க வேண்டும். எந்த ஒரு சூழ்நிலையிலும் நாம் மகிழ்ச்சியாக இல்லையென்றால் உடனே அதை விட்டு வெளியே வந்துவிட வேண்டும். இல்லாவிட்டால் அதுவே பழக்கமாகிவிடும். ஒரு கட்டத்தில் நம் உணர்வுகள் மரத்துப் போய்விடும். நீங்கள் வேதனையோடு நெடுங்காலம் அதிலேயே வாழ்ந்து கொண்டிருப்பீர்கள். உங்கள் உணர்வுகள் எல்லாம் மழுங்கி மரத்துப் போயிருக்கும்.

உங்களுக்குத் தனிமை பிடிக்கவில்லையென்றால் நீங்கள் தனிமையாக இருக்கத் தேவையில்லை. வெளியே வந்துவிடுங்கள். மனிதர்களிடம் பேசுங்கள். சிரியுங்கள் அவர்களுடன் உறவாடுங்கள். அதில் சலிப்புத் தட்டியவுடன் மீண்டும் தனிமையை நாடிச் செல்லுங்கள்.

எந்தச் சூழ்நிலையையும் உங்கள் உள்ளே இருக்கும் உவகையைக் கொண்டு எடை போடுங்கள். ஒரு சூழ்நிலையில் நீங்கள் சந்தோஷமாக அது சரியான சூழ்நிலை. அந்தப் பேருவகை இல்லாவிட்டால் எங்கேயோ ஏதோ தப்பு நடந்திருக்கிறது என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். அதில் நீண்ட காலம் இருக்க இருக்க உங்கள் விழிப்புணர்வு மங்கிவிடும். ஒரு கட்டத்தில் அந்த வேதனையான சூழ்நிலையை நீங்கள்தான் தெரிவு செய்தீர்கள் என்பதையே மறந்து விடுவீர்கள்.

உங்கள் ஒத்துழைப்புடன்தான் அந்த வேதனை தொடர்கிறது என்பதை எந்தக்காலத்திலும் மறந்துவிடாதீர்கள். உங்கள் சம்மதம் இல்லாமல் எந்தச் சூழ்நிலையும் உங்களைத் தொடர்ந்து அல்லல் படுத்த முடியாது.

மனித வளர்ச்சிக்கு முக்கியமான தேவை ஒரு துருவத்திலிருந்து அதற்கு நேர் எதிர் துருவத்துக்குச் செல்வதுதான். சில நேரங்களில் தனியாக இருப்பது நன்றாக இருக்கும். உங்களுக்கென்று ஓர் இடம் வேண்டும். சிறிது நேரமாவது நீங்கள் உலகத்தை மறக்க வேண்டும். அடுத்த மனிதர் இல்லாதபோது உங்களுக்கு எல்லைகளே இல்லை. அடுத்த மனிதர்தான் உங்கள் எல்லைகளை நிர்ணயிக்கிறார். அவர் இல்லாவிட்டால் நீங்கள் முடிவின்மையின் வடிவமாகத் திகழ்வீர்கள்.

மக்களுடன் வாழும்போது, உலகத்தில் இயங்கும்போது, ஒரு சமுதாயத்தில் வாழும் போது கொஞ்சம் கொஞ்சமாக நாம் சிறைப்பட்டிருக்கிறோமோ என்ற உணர்வு வந்துவிடுகிறது. நம்மைச் சுற்றிச் சுவர்களை எழுப்பி நம்மைக் கட்டுப்படுத்துகிறார்களோ என்று ஐயுறுகிறோம். அது ஒரு நுட்பமான சிறைத்தண்டனை. அதைவிட்டு நாம் வெளியே வரவேண்டும். தனிமையில் நாம் முடிவின்மையாகத் திகழ்கிறோம். இந்தப் பிரபஞ்சமும் இந்த வானமும் நமக்காகவே படைக்கப்பட்டிருக்கிறது என்ற உணர்வு தோன்றுகிறது. அந்தத் தனிமையில்தான் நாம் முடிவின்மை நிலையைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்ள முடியும்.

ஆனால் தனிமையிலேயே அதிக காலம் இருந்துவிட்டால் முடிவின்மையும் சலிப்புத் தட்டிவிடும். அதன் சுவை போய்விடும். அதில் தூய்மையும் அமைதியும் இருக்கிறது. ஆனால் பரவசம் இல்லையோ என்ற சந்தேகம் வந்துவிடும். பரவசம் எப்போதுமே அடுத்தவர் மூலமாகத்தான் வரவேண்டும். அப்போது நாம் அன்பிற்காக ஏங்கத் தொடங்குகிறோம். அந்தத் தனிமையைவிட்டு அந்தப் பிரம்மாண்டமான இடைவெளியை விட்டுத் தப்பிச் செல்ல நினைக்கிறோம். மனிதர்களால் சூழப்படவேண்டும் என்று நினைக்கிறோம். அப்போதுதானே நம்மை மறக்கமுடியும்!

அன்பும் தியானமும்தான் வாழ்க்கையின் இரு துருவங்கள். அன்பை மட்டும் வைத்துக் கொண்டு வாழ நினைப்பவர்கள்

கட்டுண்டு போகிறார்கள். அவர்கள் தூய்மையையும் முடிவின்மையையும் தொலைத்துவிட்டு மேலோட்டமாக வாழ்கிறார்கள். எப்போதும் உறவுகளோடு வாழும்போது நாம் எல்லைகளிலேயே இருக்கிறோம். அப்போதுதானே மற்றவர்களைச் சந்திக்க முடியும். உங்களுக்கு ஒரு பெரிய அரண்மனை சொந்தமாக இருக்கிறது. என்றாலும் நீங்கள் அரண்மனைக் கதவுக்கு அருகிலேயே இருக்கிறீர்கள். அப்போதுதானே அரண்மனையைக் கடந்து செல்பவர்களைப் பார்த்துப் பேசி அவர்களுடன் உறவாட முடியும். நீங்கள் அரண்மனைக்குள் நுழைவதேயில்லை.

அன்பினால் மட்டும் வாழ்பவர்களிடம் ஆழம் இல்லாமல் போய்விடும்.

தியானத்தினால் மட்டும் வாழ்பவர்களிடம் ஆழம் இருக்கும். ஆனால் வாழ்க்கையின் வண்ணங்கள் இருக்காது. மகிழ்ச்சி, பரவசம், பேருவகை, நடனம் எதையுமே அவர்கள் அனுபவிக்க மாட்டார்கள்.

கீழைநாடுகளில் தியானத்தை மட்டுமே வைத்துக் கொண்டு வாழ வேண்டும் என்று பார்த்தார்கள். தனிமை அவர்களுக்குச் சலித்துவிட்டது. மேலைநாடுகளில் நேரெதிர் துருவத்தில் இருந்தார்கள். அன்பை மட்டுமே வைத்துக் கொண்டு வாழ முயற்சி செய்தார்கள். வாழ்க்கை மேலோட்டமாகப் போய்விட்டது. எல்லைகள் மட்டுமே சந்திக்கின்றன. மையங்கள் முற்றிலுமாக மறைந்துவிட்டன.

ஒரு முழுமையான மனிதன், வருங்கால மனிதன் இந்த இரண்டு துருவங்களிலும் வாழப் போகிறான். அப்படிப்பட்ட மனிதனை உருவாக்கத்தான் நான் இங்கே வந்திருக்கிறேன். என்னைப் பொறுத்தமட்டில் சந்நியாசத்தின் பொருள் அதுதான். என் சந்நியாசியின் வாழ்க்கையில் அன்பும் இருக்கும் தியானமும் இருக்கும். ஒரு துருவத்திலிருந்து அடுத்த துருவத்திற்கு நினைத்த மாத்திரத்தில் செல்லும் வல்லமையும் இருக்கும். எந்த ஒரு துருவமும் அவனைச் சிறைப்படுத்திவிடக் கூடாது. நீங்கள் சந்தையைப் பார்த்தும் பயப்படக்கூடாது. மடங்களைப் பார்த்தும் பயந்துவிடக்கூடாது. சந்தையிலிருந்து மடாலயத்திற்கும், மடாலயத்தி லிருந்து சந்தைக்கும் வேண்டும்போதெல்லாம் போய் வரும் சுதந்திரம் இருக்க வேண்டும்.

இந்தச் சுதந்திரத்தைத்தான் நான் சந்நியாசம் என்கிறேன். அப்படி மாறி மாறிப் போகும்போது எந்த அளவிற்கு நீங்கள் கடக்கும் தூரம் அதிகமாக இருக்கிறதோ அந்த அளவிற்கு உங்கள் வாழ்க்கை வளமாக இருக்கும். பலருக்கும் ஒரே துருவத்தில் நிரந்தரமாக வாசம் செய்வது பிடித்திருக்கும். ஒரே துருவத்தில் இருந்தால் வாழ்க்கை குழப்பமில்லாமல் எளிதாக இருக்கும். மக்களோடு மக்களாக சந்தைக்கு நடுவில் வாழும் வாழ்க்கையிலும் குழப்பம் இல்லை. இல்லை துறவி வேடம் பூண்டு இமய மலைக்குச் சென்றாலும் குழப்பம் இல்லை. எதிர் துருவம் இருக்கும்போதுதான் குழப்பமே வருகிறது. குழப்பமில்லாத வாழ்க்கையில் செறிவும் இருக்காது.

வாழ்க்கை எளிமையாகவும் இருக்க வேண்டும் குழப்பமாகவும் இருக்க வேண்டும். இந்த இசைவை நாம் தொடர்ந்து தேடிக்கொண்டே யிருக்க வேண்டும். இல்லாவிட்டால் ஒரே ஸ்வரத்தைக் கொண்ட இசை போல் வாழ்க்கை சலிப்புத் தட்டிவிடும். ஒரே ஸ்வரத்தை நீங்கள் வாழ்க்கை முழுவதும் பாடிக்கொண்டிருக்கலாம். ஆனால் அதில் இசை இருக்காது.

இப்போது இருக்கும் நிலை பிடிக்கவில்லையென்றால் உடனே விலகிச் சென்றுவிடுங்கள். உங்கள் விழிப்புணர்வு மழுங்குவதற்கு முன் சென்றுவிடுங்கள். உறவுகள் -தனிமை - இந்த இரண்டில் எதையும் உங்கள் வீடாகத் தெரிவு செய்யாதீர்கள். எந்த வீடும் இல்லாமல் ஆற்று வெள்ளம் போல் ஓடிக் கொண்டேயிருங்கள். மகிழுங்கள், அனுபவியுங்கள். ஆனால் எல்லாம் முடிந்தவுடன் எதிர் துருவத்திற்குச் சென்றுவிடுங்கள். இப்படி மாறி மாறிச் செல்வதுகூட ஓர் ஒழுங்குடன் இருக்கட்டும்.

நீங்கள் காலை வேளையில் வேலை பார்க்கிறீர்கள். இரவில் தூங்குகிறீர்கள். அப்போதுதான் அடுத்த நாள் காலை வேலை பார்க்க உங்களுக்குத் தெம்பும் புத்துணர்வும் இருக்கும். ஒரு மனிதன் இரவு பகல் இரண்டு வேளையும் ஓய்வெடுக்காமல் வேலையே செய்து கொண்டிருந்தால் அவன் வாழ்க்கை எப்படி இருக்கும்.? இல்லை ஒருவன் இரண்டு வேளையும் தூங்கிக் கொண்டேயிருந்தால் அவன் வாழ்க்கை எப்படி இருக்கும்? ஒன்று பைத்தியக்காரத்தனமாக இருக்கும். இன்னொன்று கோமாவைப்

போன்று இருக்கும். இந்த இரண்டு துருவங்களுக்கும் இடைப்பட்ட நிலையில்தான் இசைவு இருக்கிறது. கடினமாக உழையுங்கள் அப்போதுதான் ஓய்வு எடுத்துக் கொள்ள முடியும். நன்றாக ஓய்வெடுங்கள். அப்போதுதான் கடுமையாக உழைக்க முடியும்.

ஓஷோ வசிய சிகிச்சைக் குழுவின் தலைவரிடம் அந்தக் குழுவைப் பற்றி விசாரிக்கிறார்.

எனக்குத் திருப்தியில்லை. ஆனால் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறது.

நல்லது. ஒரு தலைவனுக்குத் திருப்தி வரவே கூடாது. ஆனால் அவன் எப்போதும் மகிழ்ச்சியாக இருக்க வேண்டும். திருப்தி வந்துவிட்டால் உங்கள் குழுவினருக்கு உதவ முடியாது. திருப்தியின்மைதான் படைப்புத்திறனை வளர்க்கிறது.

நம் ஒவ்வொருவரிடத்திலும் நினைத்துக்கூடப் பார்க்கமுடியாத அளவிற்குச் சாத்தியக்கூறுகள் இருக்கின்றன. ஆனால் நாம் அதிகபட்சம் அவற்றின் எல்லையைத்தான் தொடுகிறோம். எதைச் செய்தோமோ அதில் திருப்தியில்லை. காரணம் அதைவிடச் சிறப்பாகச் செய்திருக்க முடியும் என்று நம் உள்ளுணர்விற்குத் தெரியும். அதே சமயம் நீங்கள் சந்தோஷமாக இல்லையென்றால் உங்கள் குழுவினரைப் போல் சோகமாக இருந்தீர்களென்றால் உங்களால் அவர்களுக்கு உதவியிருக்க முடியாது. உங்களிடம் திருப்தி இருந்தாலும் நீங்கள் தலைவராகியிருக்க முடியாது. உங்களிடம் மகிழ்ச்சி இல்லையென்றாலும் நீங்கள் தலைவராகியிருக்க முடியாது.

புத்த மதத்தில் இரண்டு பிரிவுகள் இருக்கின்றன. ஒன்றிற்கு மஹாயானம் என்று பெயர். மஹாயானம் என்றால் பெரிய வாகனம் என்று பொருள். மற்றொரு பிரிவிற்கு ஹினாயானம் என்று பெயர். ஹினாயானம் என்றால் சிறிய வாகனம் என்று பெயர். அது ஒருவர் மட்டுமே செல்ல முடியும் என்னும் அளவிற்குச் சிறிய படகு என்று வைத்துக் கொள்ளலாம்.

ஹினாயானம் என்ற பிரிவு என்ன சொல்கிறது? உங்களால் யாருக்கும் ஆன்மிகத்தில் உதவ முடியாது. உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியும்

திருப்தியும் வந்துவிட்டால் நீங்கள் ஏன் அடுத்தவர்களைப் பற்றிக் கவலைப்படப் போகிறீர்கள்? இந்தப் பிரிவைச் சேர்ந்தவர்களிடம் வறட்சிதான் இருந்தது. இதில் எந்த ஆக்கப்பூர்வமான செயல்பாடும் இல்லை. உங்களுக்கு ஞானம் கிடைத்துவிட்டால் அதோடு எல்லாம் முடிந்துவிடும். உங்கள் படகு வந்துவிட்டது. அதில் நீங்கள் மட்டும் ஏறிப் பயணம் செய்ய வேண்டியதுதான்.

மஹாயானம் என்ற பிரிவைச் சேர்ந்தவர்களோ அந்த வாகனம் ஒரு பிரம்மாண்டமான கப்பல் அளவிற்குப் பெரியது என்று சொல்கிறார்கள். உங்களுடன் நீங்கள் எத்தனை பேரை அழைத்துச் சென்றாலும் கப்பலில் இடம் இருக்கும். ஆனால் உங்களுக்கு மகிழ்ச்சி வருவதற்கு முன்னால் நீங்கள் கருணையின் விதைகளை உங்கள் மனதில் தூவியிருக்க வேண்டும் என்றும் சொல்கிறார்கள். கருணை வருவதற்கு முன்னால் மகிழ்ச்சி வந்துவிட்டால் கூடவே திருப்தியும் வந்துவிடும். அதன்பின் அடுத்தவர்களைப் பற்றி நினைக்க மாட்டீர்கள். கருணை என்பதே மற்றவர்கள் துன்பப்படுவதைப் பார்த்தபின் மனதில் எழும் திருப்தியின்மைதான்.

ஒவ்வொரு தியானத்தையும் தொடங்கும் முன் புத்தர் தன் சீடர்களிடம் என்ன சொல்வார் தெரியுமா? நீங்கள் இந்தத் தியானத்தில் பெறுவதை எல்லாம் மக்களுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். உங்கள் தியான பலனை உலகத்திற்கு வழங்க வேண்டும். தியானத்தின் பலனை சொந்தமாக்கிக்கொள்ளக் கூடாது என்று மீண்டும் மீண்டும் சொல்வாராம்.

ஞானம் கிடைத்தவுடன் அதை உடனே மக்களுக்குக் கொடுத்துவிடவேண்டும் என்பதுதான் புத்தரின் அறிவுரை. அந்த அறிவுரையைப் பின்பற்றினால் நீங்கள் சந்தோஷமாக இருக்கும் அதே சமயத்தில் உங்கள் மனதில் ஓர் ஆழமான திருப்தியின்மையும் இருக்கும். அதில் ஓர் அழகான ஒழுங்கு இருக்கும்.

மகிழ்ச்சியாகவும் திருப்தியில்லாமலும் இருப்பது என்பது ஒரு மிகவும் அழகான யோகநிலை.

மகிழ்ச்சியும் திருப்தியும் சேர்ந்து இருக்கும் ஒருவனால் எந்த ஆக்கப்பூர்வமான வேலையும் செய்யமுடியாது. அவனுக்குத்தான்

பூரண திருப்தி வந்துவிட்டதே. அவன் செய்ய வேண்டியது ஒன்றும் இல்லையே!

திருப்தியும் இல்லாமல் மகிழ்ச்சியும் இல்லாமல் இருக்கும் ஒருவன் படைக்கலாம். ஆனால் அந்தப் படைப்பு ஆரோக்கியமாக இருக்காது. அது யாருக்கும் உதவி செய்யாது. இடைஞ்சலாகத்தான் இருக்கும்.

மக்களுக்கு உதவ வழிகளைத் தேடிக்கொண்டேயிருங்கள். எண்ணிறந்த வழிகளும் சாத்தியக்கூறுகளும் இருக்கின்றன. ஒவ்வொரு மனிதனும் முடிவில்லாத ஆகாசத்தின் நுழைவு வாயில். 'வேலை முடிந்துவிட்டது' என்று திருப்தியோடு சொல்லும் நிலை வரவே வராது. கருணையின் வேலை ஒரு நாளும் முடியாது.

ஓஷோவைப் பார்க்க வந்த ஒரு பெண் விடைபெறும் போது தன் தியானத்திற்கு உதவும் வகையில் ஓஷோவால் ஏதாவது சொல்ல முடியுமா என்று வினவுகிறாள்.

தியானம் செய்வதைத் தினசரி பழக்கமாக வைத்துக் கொள்ளுங்கள். பல் விளக்குவது, குளிப்பது போல் தியானமும் அன்றாடம் நாம் செய்யும் வேலைகளில் ஒன்றாக இருக்க வேண்டும். அதற்கு மதச் சாயத்தைப் பூசி ஒரு பாரமாக்கிக் கொள்ளாதீர்கள்.

என்றாவது தியானம் செய்யத் தவறிவிட்டால் அதற்காகக் கவலைப்படாதீர்கள். தொடர்ந்து தியானம் செய்து வந்தால் மூன்றே மாதங்களில் பல உன்னதமான அனுபவங்களைப் பெறுவீர்கள். எந்த விதப் புதிய செயலையும் குறைந்தது மூன்று மாதங்களாவது தொடர்ந்து செய்தால்தான் அது உங்கள் உடல் – மனம் – ஆன்மாவில் தங்கிப் பலன் கொடுக்க ஆரம்பிக்கும்.

தியானம் செய்வது பூமியில் விதையைப் போடுவது போலத்தான். விதைத்து சில காலத்திற்குப் பிறகுதான் விதை பூமியோடு இரண்டறக் கலந்து முளைவிடத் தொடங்கும். அதனால் முதலில் சில வாரங்களுக்கு தியானத்தால் எந்தப் பலனும் ஏற்படாது. அது அப்படியே உங்களுக்குள் மூழ்கிவிடும். பலனை எதிர்பார்க்காமல் தியானத்தை அனுபவித்துச் செய்ய வேண்டும்.

மூன்று மாதங்களுக்குப் பிறகு உங்களுக்குள் ஏதோ ஒன்று முளைவிடத் தொடங்குவதைப் பார்ப்பீர்கள். அதை உங்கள் வாழ்க்கையில் அதுவரை பார்த்திருக்க மாட்டீர்கள். உங்கள் இருப்புநிலையின் ஒரு புதிய பரிமாணம் மலரத் தொடங்கும். அதனை நீங்கள் ஏறக்குறையத் தொட்டுவிடலாம்.

உங்களுக்கு மட்டுமல்லாமல் மற்றவர்களுக்கும் அது தெரியும். நீங்கள் சொல்லாமலேயே உங்களுக்குள் ஏதோ நடந்து கொண்டிருக்கிறது என்பது அவர்களுக்குத் தெரியும். நீங்கள் மாறிவிட்டீர்கள் என்பதை அவர்கள் கண்டுபிடித்துவிடுவார்கள்.

சில சமயம் நான் ஒரு போலியாக இருக்கிறேனோ என்ற ஐயம் எழுகிறது. நான் தனியாக இருக்கும்போது என் மனதில் குழப்பம் வருகிறது. நான் உள்ளபடியே தனிமையை விரும்புகிறேனா இல்லை தனிமை எனக்குச் சலித்துவிட்டதா என்று புரிவதில்லை. இந்த உணர்வுகள் எல்லாம் கலந்து வருகின்றன.

ஒன்றைச் செய்யத் தொடங்குங்கள். நடுவில் அதை மாற்றாதீர்கள். போலியாக இருக்கிறீர்களா? மனமாரப் போலியாக இருங்கள். பொய் வாழ்க்கை வாழுங்கள். அதை மிகைப்படுத்துங்கள். உணர்வின்மை ஒன்றுதான் வாழ்க்கையின் முக்கியமான பிரச்சினை. மற்றப் பிரச்சினைகள் எல்லாம் அதிலிருந்து உதித்தவைதான். முழு உணர்வுநிலை ஒன்றுதான் அதற்கு ஒரே மாற்று மருந்து. உங்களை மாற்றுவதும் அது ஒன்றுதான். அதுதான் ஒரே புரட்சி. வேறு எதுவும் தேவையில்லை.

தனியாக இருப்பது என்பது வேறு, தனிமை நிலை என்பது வேறு. இரண்டிற்கும் இடையே உள்ள வித்தியாசங்களைப் பார்ப்பது கடினம். அவை நுட்பமானவை.

முதலாவதாக நீங்கள் தனிமை நிலையில் இருக்கும்போது மகத்தான மகிழ்ச்சி வெள்ளத்தால் குழப்படுகிறீர்கள். தனியாக இருக்கும்போது வேதனையில் இருக்கிறீர்கள். ஐயோ துணைக்கு ஆள் இல்லையே என்று ஏங்குகிறீர்கள். அதுதான் வேதனைக்குக் காரணம். தனிமை நிலையை நீங்கள் ரசித்து அனுபவிக்கிறீர்கள். அதனால் அதில் ஓர் ஒளி இருக்கிறது. அதுவே மகிழ்ச்சியின் உன்னத நிலை.

தனியாக இருக்கும்போது மன அழுத்தத்தில் இருக்கிறீர்கள். மனதின் அடியாழத்தில் நீங்கள் மற்றவர்களுக்காக ஏங்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். – நண்பர்கள், சமுதாயம், நீங்கள் சார்ந்திருக்கும் கிளப், போக ஓர் இடம், தொலைந்து போக ஓர் இடம் – இதெல்லாம் இருந்தால் உங்களை நீங்களே மறந்துவிடலாம் என்று நினைக்கிறீர்கள்.

தனியாக இருப்பது குறைந்த சக்தி. தனிமை நிலையோ அபரிமிதமான சக்தி. நீங்கள் ஒரு போதும் தனியாக இருப்பதை விரும்புவதில்லை.. ஆனால் தனிமை நிலைக்காக ஆசைப்படுகிறீர்கள் அதற்காக ஏங்குகிறீர்கள். அது இப்போது இங்கே இருக்கிறது. அது ஒரு சாதனை.

தனிமை நிலையின்மூலம் வளரலாம். தனியாக இருத்தல் வீழ்வதற்கு வழி. தனியாக இருக்கும்போது மற்றவர்களைத் தேடு கிறோம். நம்முடைய சுயநலத்திற்காக அவர்களைப் பயன்படுத்து கிறோம். தனிமை நிலை நிகழும்போது .தற்செயலாக வேறு யாராவது கூட இருந்தால் நம் மகிழ்ச்சியை அவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்கிறோம். அவர்களை நாம் பயன்படுத்துவதில்லை.

ஆனால் இந்த வேறுபாடுகள் எல்லாம் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத்தான் புரியும்.

நீங்கள் வேதனையில் இருக்கிறீர்களா இல்லை பேருவகையில் இருக்கிறீர்களா என்று பாருங்கள். வேதனை என்றால் தனியாக இருக்கிறீர்கள். அதனைத் தூக்கியெறியுங்கள். மனிதர்களைத் தேடி ஓடுங்கள்.

பேருவகை வந்துவிட்டால் தனிமைநிலை. அறைக்கதவை நன்றாகச் சாத்திவிட்டு அதை அனுபவியுங்கள். நடனமாடுங்கள். அதைக் கொண்டாடுங்கள். அது பரவசத்தின் ஆழமான அனுபவமாக இருக்கட்டும். இல்லை உலகத்தைப் பற்றிய சிந்தனையோடு அமைதியாக ஓரிடத்தில் அமர்ந்திருங்கள். தனிமை நிலையை விரும்ப வேண்டும். தனியாக இருப்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும். அது ஒரு நோய்க்கிருமியைப் போன்றது. உள்ளே சென்று உங்களையே உண்ண ஆரம்பித்துவிடும்.

தனியாக இருக்கும்போது பலரும் துணைக்கு ஆள் தேடுவார்கள். அது சரியில்லை. அது உதவாது. மரத்திடம் போய்ப் பேசுங்கள்.

பாறையிடம் செல்லுங்கள். அதனைத் தொடுங்கள். அந்தத் தொடு சுகத்தை அனுபவியுங்கள். நீண்ட தூரம் நடந்து செல்லுங்கள். காற்று உங்கள் உடலில் படுவதை உணருங்கள். இயற்கையோடு தொடர்புடைய ஏதாவது ஒன்றைச் செய்யுங்கள். இயற்கையும் ஒரு வகையில் உங்களுக்குத் துணையாக இருக்கும். ஆனால் அது மனிதத்துணையைப் போல் இருக்காது. இயற்கையில் நீங்கள் ஆழ்ந்து இருக்கும்போது உங்களுக்குத் துணை இருக்கும் என்றாலும் நீங்கள் தனிமை நிலையில் இருப்பீர்கள்.

இயற்கை உங்களுக்கு ஓர் அமைதியான துணையாக இருக்கும். அது உங்கள்மேல் எதையும் திணிக்காது. உங்கள் செயல்பாடுகளில் குறுக்கிடாது. இயற்கையிடம் செல்லுங்கள். தனியாக இருத்தல் என்பது தனிமை நிலையாக மாறிவிடும்.

தனிமை நிலையில் இருக்கும்போது இயற்கையிடம் செல்லாதீர்கள். உங்களுக்குள் இன்னும் ஆழமாகச் செல்லுங்கள். சரியா? இதை முயன்று பாருங்கள். நல்லது.

இந்தக் குழுவில் இருந்தது ஒரு மகத்தான அனுபவம் என்பதை உணர்கிறேன். ஆனால் குழுவிடமிருந்து எனக்கு முழுமையாக உதவி கிடைக்காது என்றுதான் தோன்றுகிறது. நான் குழுவில் இருக்கும்போது உதவி கிடைக்கலாம். ஆனால் வாழ்நாள் முழுவதும் அப்படிக் கிடைக்குமா?

கிடைக்காது. குழு உதவியாக இருக்கும். ஆனால் எப்படிப்பட்டக் குழுவும் வாழ்க்கையாகிவிட முடியாது. குழு என்பது ஓர் உள்நோக்கு மட்டுமே. உங்களைப் பற்றிய ஓர் உள்நோக்கைக் குழு தரும். நீங்கள் என்னவெல்லாம் செய்ய முடியும் என்பதைக் கோடிட்டுக் காட்டும். ஒரு ஜன்னலைத் திறந்து வைக்கும்.

ஒரு குழு என்பது ஒரு தீர்த்தயாத்திரை அல்ல. ஜன்னலைத் திறந்து முன்னால் இருக்கும் பாதையைக் காட்டும். அந்தப் பாதையில் நீங்கள்தான் நடந்து செல்ல வேண்டும் அப்போதுதான் இலக்கை அடைவீர்கள். குழுவில் இருந்த அனுபவத்தில் உங்களுக்குக் கிடைத்த ஞானம் தாற்காலிகமானதுதான்.

அது ஒரு விதை. அது உங்களுக்குள் ஆழமாகப் போகட்டும். நீங்கள் அதனை நீரூற்றி வளர்க்கலாம். பாதுகாக்கலாம். இந்த

உலகம் எல்லா உள்நோக்குகளையும் எதிர்க்கும். அதனால் இந்த உலகத்தினிடமிருந்து அந்த விதையைக் காப்பாற்றுங்கள். அந்த விதையை இன்னும் கொஞ்சம் வலுப்படுத்தினால் பின் அது தன்னைத் தானே பாதுகாத்துக் கொள்ளும். அதன்பின் படிப்படியாக உங்கள் வாழ்க்கை முறையையே அது மாற்றிவிடும்.

நீங்கள் இன்னும் சில குழுக்களில் இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் அதே உள்ளுணர்வு வேறு வேறு பாதைகளிலிருந்து வரும். அப்போதுதான் ஜன்னல் மீண்டும் மீண்டும் திறந்து முன்னால் இருக்கும் பாதையைக் காட்டும்.

இருண்ட இரவில் மின்னலைப் போன்றதுதான் இதுவும். நீங்கள் வழியைத் தொலைத்துவிட்டீர்கள். கும்மிருட்டு. விடியுமா என்றே தெரியவில்லை. மனிதனின் நிலையும் அப்படித்தான் இருக்கிறது. திடீரென்று மின்னல் வெட்டுகிறது. இடி இடிக்கிறது. ஒரே ஒரு கணத்திற்கு எல்லாமே தெளிவாகத் தெரிகிறது. அந்த ஒரு கணத்தில் இருட்டு மறைந்துவிடுகிறது. முன்னால் இருக்கும் பாதையை உங்களால் பார்க்க முடிகிறது. தூரத்தில் இருக்கும் கோயில்கள் கூடத் தெரியும். ஆனால் அந்தக் காட்சி, அந்த ஒளி ஒரு நொடியில் மறைந்துவிடும்.

மீண்டும் இருள். இந்த இருள் முந்தைய இருளைவிட அதிகமாக இருக்கும். ஆனால் இப்போது உங்களுக்கு முன்னால் ஒரு பாதை - ஓர் இலக்கு - இருப்பது நன்றாகத் தெரியும்.. அதை அடைவது கடினமான வேலையாக இருக்கலாம். என்றாலும் ஒரு நம்பிக்கை துளிர்விடத்தான் செய்கிறது. இதில் தவறினால் அது உங்கள் குற்றம். மின்னல் வெட்டுவதற்கு முன்னால் நீங்கள் பாதையில்லை இலக்கு இல்லை என்று சொல்லிக் கொள்ளலாம். ஆனால் இப்போது பாதையைப் பார்த்துவிட்டீர்கள். அதனால் உங்களுக்குப் பொறுப்பு வந்துவிடுகிறது. அந்த இருட்டிலும் அதனைத் தேடிக் கண்டுபிடித்துவிடலாம் என்ற நம்பிக்கை வந்துவிடுகிறது.

குழப்பம் என்ற இருட்டில் தத்தளித்துக் கொண்டிருக்கும் உங்கள் மனதிற்கு இந்தக் குழுவின் அனுபவம் ஒரு மின்னலைப் போல. அதற்கு மேல் குழுவிடமிருந்து வேறு எதையும் எதிர் பார்க்காதீர்கள். இதுவே அதிகம்.

ஒரு குழு உங்களை முழுதாக மாற்றும் என்று கனவு காணாதீர்கள். உங்களைத் தவிர வேறு எந்த சக்தியாலும் உங்களை மாற்ற முடியாது. ஆனால் குழுவைப் போன்ற சில உத்திகள் உங்களுக்கு வழி இருப்பதைக் காட்டும். அதனால் உங்களுக்கும் நம்பிக்கை வரும். நீங்கள் மாறத் தொடங்குவீர்கள்.

நீங்கள் தாகமாக இருக்கிறீர்கள். அந்தத் தாகத்தைத் தீர்க்கும் தண்ணீர் இருக்கிறது என்று குழு காட்டும். அது தண்ணீரைக் கொடுக்காது. தண்ணீரைத் தேடியலைவது பைத்தியக்காரத்தனமான செயலல்ல என்று உங்களுக்குப் புரியவைத்துவிடும். தண்ணீர் அங்கே இருக்கிறது. உங்களுக்காகக் காத்துக் கொண்டிருக்கிறது. கொஞ்சம் முயற்சி தேவை. அவ்வளவுதான். இன்னும் சில குழுக்களில் இருந்து பாருங்கள். சரியா?

இந்தக் குழுவினால் எனக்குள் ஒரு பிளவு ஏற்பட்டு விட்டதோ என அஞ்சுகிறேன். குழுவில் இருப்பது எனக்கு அவ்வளவாகப் பிடிக்கவில்லை. என்றாலும் அதில் ஆழமாக ஈடுபட்டு குழு சொன்ன அமைப்புகள் அனைத்தையும் மனமாரச் செய்து பார்த்தேன். ஒவ்வொரு முறை குழுவில் ஒரு கட்டமைப்பு வரும்போது நான் சிறைப்படுத்தப்படுவதாக உணர்ந்தேன். தியானத்தில் எனக்குக் கிடைத்தது சுதந்திரம். இங்கே நான் என்னையே அடக்கி வைக்க வேண்டியிருந்தது. இது என்னுள் ஒரு பிளவை உண்டாக்கியிருக்கிறது.

சுதந்திரத்தின் தன்மை தெரியாததால்தான் இப்படி நடக்கிறது. யார் சுதந்திரமானவன்? அவன் நினைத்தால் சிறைக்குள் இருக்கும்போதுகூடச் சுதந்திரமாக இருப்பான். தானாக விரும்பி எந்த ஒழுங்கையும் ஏற்றுக் கொள்வான்.

அவன் எதற்கும் அஞ்சுவதில்லை. நான் பார்த்தவரையில் உங்கள் வாழ்க்கையில் எப்போதுமே ஒரு கட்டமைப்பு இருந்து வந்திருக்கிறது. என்றாலும் கட்டமைப்பைக் கண்டால் உங்களுக்குப் பயம். மதுவிற்கு அடிமையானவனிடம் மதுவை நீட்டினால் முதலில் பயப்படுவான். ஐயோ மீண்டும் இதில் விழுந்துவிடுவேனோ என்று அஞ்சுவான். மதுவுக்கு அடிமையாகாதவன்முன் மது கோப்பையை நீட்டினால் எந்தப் பாதிப்பும் ஏற்படாது.

சுதந்திரத்தைக் குறித்து உங்கள் மனதில் இருக்கும் அச்சத்தைத் தான் இது காட்டுகிறது. ஒரு கட்டமைப்பைக் கண்டால் அதைப் பற்றிக்கொண்டு விடுவோமோ என்ற அச்சம்தான் உங்களுக்குள் பிளவை உண்டாக்கியிருக்கிறது. அடுத்த முறை வேறு ஒரு குழுவில் இதைச் சோதித்துப் பாருங்களேன். ஒரு குழு இரண்டு மூன்று நாட்கள்தானே நடக்கப் போகிறது. உங்களை யாரும் வற்புறுத்தவில்லை.

சுதந்திரம் என்பது நினைத்ததைச் செய்யும் உரிமையில்லை. சுதந்திரத்துக்குக் கட்டமைப்பே கிடையாது என்பதும் தவறு. சொல்லப்போனால் சுதந்திரம் என்பது ஒரு நெகிழ்வுத்தன்மை. ஓர் அமைப்பிலிருந்து இன்னொரு அமைப்பிற்கு அல்லது அமைப்பில்லாத நிலையிலிருந்து ஓர் அமைப்புக்கு. அல்லது ஓர் அமைப்பிலிருந்து அமைப்பற்ற நிலைக்குச் செல்லும் வல்லமைதான் உண்மையான சுதந்திரம். உங்கள் சுதந்திரம் கட்டமைப்பைப் பார்த்துப் பயந்ததென்றால் அது உண்மையான சுதந்திரம் இல்லை.

இதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். அந்தப் பிளவு மறைந்துவிடும். அது உங்கள் ஆன்மாவில் இல்லை. உங்கள் மனதில் மட்டுமே இருக்கிறது. அதுவும் ஓர் எண்ணம்தான். அந்த எண்ணத்தை ஒதுக்கிவைத்துவிட்டுச் சுதந்திரத்தை அனுபவியுங்கள். சில சமயங்களில் ஒழுங்கையும்.

ஓர் ஒழுங்கில் இருப்பது என்பது அடிமைத்தனமாகாது. அதற்கென்று ஓர் அழகு உண்டு. சுதந்திரத்துக்கென்று சில அபாயங்கள் உண்டு. சுதந்திரம் எப்போதும் அழகாக இருக்காது. ஓர் உண்மையான மனிதனால் எல்லையற்ற ஒழுங்கு நிலையிலும் வாழ முடியும். எல்லையற்ற சுதந்திரத்தையும் அனுபவிக்க முடியும். அவன் எதற்கும் அடிமையாக மாட்டான்.

○

இருபத்து ஏழாம் நாள்

செய்ய வேண்டியது எதுவும் இல்லை

இன்று மாலை ஓர் இந்தியர் கொஞ்சம் முன்னதாகவே வந்திருக்கிறார். சமீபத்தில் தியானம் செய்யும்போது தனக்கு ஏற்பட்ட பயங்கரமான அனுபவத்தைப் பற்றிச் சொல்கிறார். மற்றவர்கள் வழக்கமான நேரத்துக்கு உள்ளே நுழையும்போது ஓஷோ அந்த இந்தியருடன் பேசிக் கொண்டிருக்கிறார்.

ஆமாம். அது பயங்கரமாகத்தான் இருக்கும். அந்த அனுபவம் உங்களுக்குக் கொஞ்சம் முன்னதாகவே வந்துவிட்டது. நீங்கள் அதற்கு இன்னும் தயாராகவில்லை. தியானத்தில் இந்த அனுபவம் கிடைக்க வாய்ப்பு இருக்கிறது.

திடீரென்று ஏதோ ஒரு சாவி பூட்டிற்குச் சரியாகப் பொருந்துகிறது. கதவு திறக்கிறது. அப்போது கிடைக்கும் ஆழமான தியான அனுபவம் சாவிற்குச் சமமானது.

பிரச்சினை உங்கள் பயத்தினால் வருகிறது. தியானம் உங்களுடைய ஆழமான பகுதிகளுக்கு உங்களை அழைத்துச் செல்கிறது. ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்துக்கு அப்பால் நீரில் மூழ்கி மூச்சுத் திணறுவதைப் போன்ற ஓர் அனுபவத்தை அது கொடுக்கும். அதனை ஏற்றுக் கொண்டு அதனோடு ஒத்துழைத்து 'நான் சாகவும் தயார்' என்று உங்களால் சொல்ல முடிந்தால் எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை.

அப்போது நீங்கள் அதனிடமிருந்து தப்பித்து வெளியே வருவது என்ற எதிர் நிகழ்வை உருவாக்க மாட்டீர்கள். எந்த இடையூறும் இல்லாத ஒரு சிகரம் போன்ற நிலையை அடைவீர்கள். முதல்முறையாகப் பேருவகை என்ற நிலையை ருசி பார்ப்பீர்கள்.

சிகரத்தை அடைவதற்கு முன்னால் வலியும் வேதனையும் இருக்கும். அப்போது அதிலிருந்து எப்படியாவது தப்பிக்க

வேண்டும் என்று செயல்படுவது ஓர் இயற்கையான உந்துதல்தான். அப்படிச் செய்யும்போது அதற்குக் கொடுக்கும் ஒத்துழைப்பு முறிந்து போகிறது. அதனால் நீங்கள் ஒரே சமயத்தில் இரண்டு வழிகளில் செல்ல ஆரம்பிக்கிறீர்கள். தியானத்தில் நீங்கள் செய்த ஏதோ ஒன்று உங்களை ஆழத்திற்குக் கொண்டு செல்கிறது. ஆனால் நீங்களோ கீழே செல்லாமல் மேலோட்டமாக இருக்கும் ஏதோ ஒன்றைப் பிடித்துத் தொங்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். அந்தக் குழப்பத்திலும் முரண்பாட்டிலும் உங்கள் உடல் வலியாலும் வேதனையாலும் அவதியுறும். இதற்குக் காரணம் உங்கள் தியான அனுபவம் அல்ல. அதிலிருந்து தப்பிக்க நீங்கள் எடுக்கும் முயற்சி.

தியானத்தில் ஈடுபடும் ஒவ்வொருவரும் இந்த நிலையை ஒருநாள் எதிர்கொண்டேயாக வேண்டும். இது தவிர்க்கமுடியாதது. இது நடந்தபின் தியானம் செய்யவே பயமாக இருக்கும். அதனால் இந்த தியானமுறை இன்னும் சில நாட்களுக்கு வேண்டாம். வேறு ஏதாவது தியான முறையைக் கையாளுங்கள். ஏதாவது ஒரு பாடலைத் தாழ்ந்த குரலில் பாடிக் கொண்டிருப்பது நல்ல பயிற்சி. பொங்கிவரும் சக்தியை அடக்கி வைக்க உதவும்.

தியான முகாமில் சேருங்கள். ஏதாவது நடந்தால் நான் இருக்கிறேன். என்னை நீங்கள் நம்பலாம். வெளியில் இருந்து தியானம் செய்தாலும் என்னால் உங்களுக்கு உதவ முடியும். இது முதல் முறை என்பதால் என்ன நடக்கிறது என்று உங்களுக்குப் புரியவில்லை.

அடுத்த முறை உங்களுக்கு இப்படி ஏற்பட்டால் கையில் ஒரு பதக்கத்தை வைத்துக் கொள்ளுங்கள். பிரச்சினையை என்னிடம் விட்டுவிடுங்கள். நான் சாகத் தயார் என்று சொல்லிவிட்டு நெகிழ்வாக இருங்கள். அதிலேயே மூழ்குங்கள். அதனை அனுமதியுங்கள். அப்படி அனுமதித்தால் மொத்த சக்தியும் முரணில்லாமல் ஒரே திசையில் செல்லும். முரணில்லையென்றால் வேதனையும் இருக்காது. உடல் மொத்தமும் புத்துணர்ச்சியோடு இருக்கும். இல்லாவிட்டால் அந்த நிகழ்வுக்கு இடையூறு ஏற்படும்.

நீங்கள் காரோட்டிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். ஒரே சமயத்தில் ஆக்ஸிலரேட்டரையும் பிரேக்கையும் அமுக்கினால் காருடைய இன்ஜின் பெரிய அதிர்ச்சிக்கு உள்ளாகும். ஏனென்றால் நீங்கள் ஒரே சமயத்தில் இரண்டு எதிரும் புதிருமான செயல்களைச் செய்கிறீர்கள். வேகமாகப் போ. நில். என்ற நேரெதிர் ஆணைகளை ஒரே நேரத்தில் காருக்குத் தருகிறீர்கள். அதுபோல் இருக்கிறது உங்கள் செய்கை. தியானம் உங்கள் சக்தியை உள்நோக்கித் திருப்பியது. அதனால் மரணத்தைவிட ஆழமான ஒரு மகத்தான அனுபவம் கிடைத்தது. உடனே பயந்துபோய் அதிலிருந்து தப்பித்து வெளியே வரத் துடிக்கிறீர்கள்.

நாம் மேலோட்டமாகவே வாழ்ந்து பழகிவிட்டோம். அதுதான் வாழ்க்கை என்று நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம்.. நமது ஆழங்களை மறந்துவிட்டோம். அதனால் முதலில் சாவைச் சந்திக்கும்போது ஏதோ ஒரு பெரிய பள்ளத்தில் விழுவது போன்ற அனுபவம் ஏற்படுகிறது.. அஞ்சி நடுங்குகிறோம். அது ஆழம் காணமுடியாத பள்ளமாகத் தோன்றுகிறது.

அந்தச் சமயத்தில்தான் ஒரு குருதேவர் தேவைப்படுகிறார். ஆரம்பத்தில் குரு தேவையில்லை. யார் வேண்டுமானாலும் ஆரம்பிக்கலாம். ஆனால் இத்தகைய அனுபவம் ஏற்படும்போது 'அஞ்சாதே. நான் இருக்கிறேன் ' என்று சொல்ல ஒரு குரு அவசியம் தேவை. ஒரு நல்ல குருதேவர் உங்களுக்கு நம்பிக்கையைக் கொடுத்து மீண்டும் அந்தப் பாதையில் நடக்க வைப்பார்.

ஒருவகையில் பார்த்தால் இது ஓர் அபூர்வமான வரப்பிரசாதம். இந்த அனுபவம் கிடைக்கப் பல வருடங்கள் போராட வேண்டியிருக்கும். பல வருடங்கள் கழித்து இந்த அனுபவம் கிடைத்தால் உங்களுக்குப் பயம் இருக்காது. ஏனென்றால் நீங்கள் படிப்படியாக இதற்குத் தயாராகியிருப்பீர்கள். நடு நடுவே இந்த அனுபவத்தின் சிறு துணுக்குகள் வந்து போகும். அதனால் ஓரளவிற்கு இப்படித்தான் நடக்கப் போகிறது என்று உங்களுக்குத் தெரியும்.

திடீரென்று இப்படி நடந்தால் உடம்பில் வேதனை வரலாம். இல்லை மனதில் வேதனை வரலாம். அது இன்னும் மோசம்.

சிலருக்கு இதனால் பைத்தியமே பிடித்துவிடுகிறது. எது வேண்டுமானாலும் நடக்கலாம். ஆனால் இது தியானத்தால் நடக்கவில்லை. ஆழத்திலிருந்து தப்பித்து மேலே வர நீங்கள் செய்யும் முயற்சியால் நடக்கிறது.

நீங்கள் ஓர் ஆற்றில் குளித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். திடீரென்று சுழலில் மாட்டிக்கொள்கிறீர்கள் என்று வைத்துக் கொள்வோம். அதிலிருந்து தப்பித்து வெளியே வர வேண்டும் என்று கையையும் காலையும் ஆட்டிப் பயங்கரமாக முயற்சி செய்வீர்கள். ஆனால் நீச்சல்-கலை விற்பன்னர்களின் அறிவுரை என்ன தெரியுமா? சுழலில் மாட்டிக்கொண்டால் தப்பிக்க முயற்சி செய்யாதீர்கள். அதனுடன் ஒத்துழையுங்கள். உங்கள் சக்தியை அதற்குக் கொடுத்துவிட்டால் எந்த முரண்பாடும் இருக்காது. உங்கள் சக்தியும் விரயமாகாது. நீங்கள் சுழலுக்குள்ளே இன்னும் ஆழமாகப் போய்க்கொண்டிருப்பீர்கள். சுழலின் ஆழ நிலை மிகவும் குறுகலாக இருக்கும். அங்கே உங்களை அது வைத்துக் கொள்ளமுடியாது.. அதனால் அதுவே உங்களை வெளியே கொண்டுவந்து போட்டுவிடும். ஆனால் மேலே இருக்கும்போது தப்பித்து வர வேண்டும் என்று அதனோடு போரிட்டால் உங்கள் சக்தியை அங்கேயே இழந்துவிடுவீர்கள் ஆழத்திற்குச் செல்வதற்குள் உங்கள் சக்தியெல்லாம் தீர்ந்துவிடும். அதன்பின் அதுவே உங்களை வெளியே விட்டாலும் உங்களால் தப்பிக்க முடியாது.

அந்த அனுபவம் ஒரு வெடி வெடிப்பதைப் போல் இருந்தது.

ஆமாம் அது ஒரு வெடிப்புதான். அதற்காகவே பலர் வாழ்நாள் முழுவதும் ஏங்கிக்கொண்டிருக்கிறார்கள். நீங்கள் அந்த நிலையை நெருங்கிவிட்டீர்கள். அது மீண்டும் வரும். இதுதான் உங்கள் வழி. நீங்கள் உங்கள் சாவியைக் கண்டுபிடித்துவிட்டீர்கள்.

நான் கௌரிசங்கர் தியானமுறையைக் கையாண்டேன். அப்போது குளிர்ச்சியான ஏதோ ஒன்று என்னுள் எழுவதை உணர்ந்தேன். இதோ இங்கே (இரண்டு புருவங்களுக்கும் இடைப்பட்ட இடத்தைச் சுட்டிக்காட்டுகிறார்) ஏதோ நடப்பது

போல் இருந்தது. அந்த சமயத்தில் என் மனதில் எண்ணங்களே இல்லை. ஐயோ ஏதாவது ஓர் எண்ணம் வேண்டுமே என்று நான் அலறினேன். மிகவும் பயந்துவிட்டேன். எல்லாம் முடிந்தபின் நான் அந்த அனுபவத்தை முழுமையாகப் பெறவில்லையே என்பதற்காக வெட்கப்பட்டேன்.

சரிதான். அது நன்றாக இருந்ததல்லவா?

அது யாருக்கும் தெரியாத நிலை. அந்த நிலையில் எண்ணங்கள் இருக்காது. நாம் எப்போதும் எண்ணங்களுடனேயே வாழ்கிறோம்.. அதுதான் நமக்குத் தெரிந்த ஒரே நிலை. பழக்கமான நிலை. எல்லாரும் போன பாதையிலேயே போய்க் கொண்டிருக்கிறோம். நடுவில் நிறுத்தி யோசிக்கும் போது இருப்புநிலை ஒரு கதவைத் திறந்து நமக்கு உண்மையைக் காட்டுகிறது. அது குழப்பமாக இருக்கிறது. ஒரு மனிதனுக்கு ஏற்படும் உச்சகட்ட பயம் அவனால் சிந்திக்க முடியாமல் போவதுதான். சிந்தனையில்லை என்றால் நீங்களே இல்லை.

நவீன மேற்கத்திய தத்துவத்தின் தந்தை என்று அழைக்கப்படுபவர் டெஸ்கார்ட்டிஸ் (Descartes) அவருடைய தத்துவத்தை லத்தீன் மொழியில் மூன்றே வார்த்தையில் அடக்கிவிடலாம். Cogito ergo sum. நினைக்கிறேன். அதனால்தான் இருக்கிறேன். என்பது அதன் பொருள். எண்ணங்கள் நின்றுவிட்டால் நீங்கள் அங்கு இல்லை. பித்துப் பிடித்ததைப் போல் ஆகிவிடும். உங்கள் கட்டுப்பாட்டிற்குள் எதுவும் இல்லையோ என்று தோன்றும். எண்ணக்கூட முடியவில்லையே என்று அவதிப்படுவீர்கள். இருப்பதிலேயே சுலபமான விஷயம் எண்ணுவதுதான். சொல்லப் போனால் எண்ண ஓட்டங்களை நிறுத்துவதுதான் கடினமான செயல்.

எண்ணம் நின்றதும் பயம் வந்துவிடுகிறது. முதல் முறை அது நடக்கத்தான் செய்யும். அடுத்தமுறை இன்னும் எளிதாக இருக்கும். அடுத்த முறை அப்படி நடந்தால் எதுவும் செய்யாதீர்கள். அதிலே ஆழ்ந்து இருங்கள்.

விபாசனா தியானக் குழுவினர் வந்திருக்கிறார்கள். குழுவின் தலைவருடன் ஓஷோ பேசுகிறார்.

இங்கே வாருங்கள். உங்கள் குழுவினரைப் பற்றி ஏதாவது சொல்ல விரும்புகிறீர்களா?

ஓஷோ. எல்லாமே சீராக இருந்தது. என் பணி மிகவும் எளிமையாக இருந்தது. நான் பௌத்தர்களுடன் சேர்ந்து இது போன்ற குழுக்களை வழி நடத்தியிருக்கிறேன். அவர்கள் நீண்ட நேரம் தியானம் செய்வார்கள். ஆனால் ஒரு நிலையில்லாமல் தவித்துக் கொண்டிருப்பார்கள். ஒரு பதற்றம் இருக்கும். எனக்கு எதுவுமே புரியவில்லை.

நான் இருக்கிறேன். (சிரிக்கிறார்) எல்லாம் நன்றாக நடக்கிறது. புத்தத் துறவிகள் இதனை அசிங்கமாக்கிவிட்டார்கள். தியானம் என்பது ஒரு பாரமாக இருந்தால் நமக்கு உதவாது. அது ஒரு வேடிக்கையாக இருக்க வேண்டும்.

தியானம் கற்றுத் தரும்போது படுத்தபடி வெயிலின் சுகத்தை அனுபவிக்கும் பல்லியைப் பற்றி நினைவுபடுத்தினீர்கள் அந்த உருவகம் எனக்குப் பாலியல் கிளர்ச்சியை ஊட்டுவதாக இருக்கிறது. அதனால் எனக்குக் குற்ற உணர்வு உண்டாகிறது. ஆனால் இந்தத் தியானம் இன்பவடிவமாக இருந்தது.

பழைய மதங்கள் குற்ற உணர்வை நம்பியே இருக்கின்றன. அதனை உருவாக்கவும் செய்கின்றன. உங்களுக்குக் குற்ற உணர்வு வந்துவிட்டால் நீங்கள் மாட்டிக் கொண்டீர்கள். அதன்பின் அவர்கள் உதவி உங்களுக்குத் தேவைப்படும். முதலில் உங்களுக்கு நோயைக் கொடுப்பார்கள். அப்போதுதானே நீங்கள் அவர்களை நாடிச் செல்வீர்கள்?

முதலில் எப்படி சந்தோஷமாக இருப்பது, எப்படி விளையாட்டுணர்வுடன் வாழ்க்கையை அணுகுவது என்று கற்றுக் கொள்ளுங்கள். சாதாரண வழிகளின் மூலம் பரவச நிலையை எப்படி அடைவது என்பதைக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். வாழ்க்கை சாதாரணமாக, அமைதியாக ஒரு விளையாட்டாக இருக்க வேண்டும். வாழ்க்கையில் எந்த அழுத்தமும் இருக்கக் கூடாது. அப்போதுதான் வாழ்க்கை என்னும் நீரூற்றில் தங்கு தடையில்லாமல் தண்ணீர் வரும்.

விபாசனா தியானத்தை இன்னும் சிறப்பாகச் செய்யலாம். பலரும் இந்த முறையை விரும்புவதால் இன்னொரு குழுவைக்கூட உருவாக்கலாம்.

இந்தக் குழுவில் வேறு யாராவது பேச விரும்புகிறீர்களா?

இந்தக் குழுவில் இருந்தது எனக்கு ஒரு சுகமான அனுபவம். பத்து நாட்கள்தான் குழு நடந்தது. மூன்று வாரங்கள் இருந்தால் நன்றாக இருக்கும் என்று தோன்றுகிறது. மிகவும் நன்றாக இருந்தது. என்ன நடந்தது என்று எனக்குச் சொல்லத் தெரியவில்லை.

நல்லது. உங்கள் மையம் வலுவாக இருக்கிறது. உங்கள் வேர்களும் நன்றாக இருக்கின்றன. தியானம் அப்படித்தான் இருக்க வேண்டும். ஒரு கொண்டாட்டமாக இருக்க வேண்டும். நல்லது.

எனக்கு இந்தத் தியானம் மிகவும் பிடித்திருந்தது. இன்னும் சில நாட்கள் இதை நீடித்திருக்கலாம். ஏழு நாட்களுக்குப் பிறகு மாறத் தொடங்கியதை உணர்ந்தேன்.

முதல் ஏழுநாட்கள் நிலையைப் புரிந்து கொள்ள. அடுத்த ஏழு நாட்கள் புதிய பரிமாணத்தை உணர. கடைசி ஏழு நாட்கள் அதனை நன்றாகப் புரிந்து கொண்டு அனுபவிக்க. மனம் முழுமையாக மாறி வேறொரு திசையில் பயணிக்கக் குறைந்தபட்சம் 21 நாட்கள் தேவை.

முதல் ஏழு நாட்க்ள் பழைய விஷயங்களுடன் போராடிக் கொண்டிருப்பீர்கள். பழைய மனம் உங்களைத் தொந்தரவு செய்துகொண்டேயிருக்கும். ஏழே நாட்களில் பழைய மனம் காணாமல் போய்விடும். புதிய மனம் வந்துவிடும். அதுவரை புதிய மனதை நீங்கள் பார்த்திருக்க மாட்டீர்கள் என்பதால் அது கொஞ்சம் விநோதமாகவே இருக்கும். அடுத்த ஏழு நாட்களில் அந்தப் புதிய மனதைப் புரிந்து கொள்வீர்கள்.

இப்போது அதுவும் பழகிவிடும். அதன்பின் அதில் அடுத்த ஏழு நாட்கள் ஆனந்தத்தில் திளைத்திருப்பீர்கள்.

விபாசனா குழு நடந்து கொண்டிருக்கும்போது ஓர் உதவியாளர் குழுவில் இருப்பவர்கள் தலையில் ஒரு குச்சியால் மென்மையாக அதே சமயம் உறுதியாகத் தட்டுவார். இந்தக் குழுவினரில் ஒருவர் மருத்துவர். ஓஷோ அவரிடம் வினவுகிறார்.

குச்சியால் தட்டியபோது எப்படி இருந்தது.?

மிகவும் நன்றாக இருந்தது.

ஆமாம் அது அழகானது. ஜென் தியானத்தில் அந்தத் தட்டுதலுக்காக ஏங்குவார்கள் ஜெபம் செய்வார்கள்.

நீங்கள் தூங்க ஆரம்பிக்கும்போது உங்கள் சக்தி ஒரு நிலையிலிருந்து மற்றொரு நிலைக்குச் செல்லும். அது நகர்ந்து கொண்டும் மாறிக்கொண்டும் இருக்கும். நீங்கள் இடைப்பட்ட நிலையில் ஒரு கதவருகில் இருப்பீர்கள். அது விழிப்பு நிலையும் இல்லை தூக்க நிலையும் இல்லை. அப்போது திடீரென்று உங்கள் தலையில் யாராவது தட்டினால்... உடனே உள்ளே ஒரு மின்னல் வெட்டும். ஒரு விழிப்புணர்வு ஏற்படும். அந்தக் கதவு, அந்தக் கதவருகில் இருக்கும்போது ஏற்படும் விழிப்புணர்வு எல்லாமே அழகானது.

கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அந்தத் தட்டுதலுக்காக நாம் பிரார்த்திக்க ஆரம்பித்துவிடுவோம். வேறு யார் அடிபட்டது?

நான் பலமுறை அடிவாங்கினேன். ஆனால் முதல் மூன்று முறையும் என் தலைக்குள் ஏதோ நடக்கிறது என்று தான் நினைத்தேன். வெளியில் இருந்து வேறு யாரோ என்னை அடிக்கிறார்கள் என்று சத்தியமாகத் தெரியாது.

(ஓஷோ சிரிக்கிறார்) அப்படித்தான் தோன்றும். சட்டென்று சக்தி பீறிட்டுக்கொண்டு கிளம்புவதால் அப்படித் தோன்றும்.

(மற்றொருவரிடம்) நீங்கள் ஏதாவது சொல்ல விரும்புகிறீர்களா?

சில நேரங்களில் எவ்வளவோ சொல்ல வேண்டும் என்று தோன்றுகிறது. ஆனால் உண்மையாகவே சொல்ல ஒன்றும் இல்லை என்றும் தோன்றுகிறது.

ஒன்றும் இல்லை. ஆனால் இருக்கிறது. ம் ம்.. ,ம்.. சொல்ல ஒன்றும் இல்லையென்றால் ஏதோ நடந்திருக்கிறது என்று அர்த்தம். ஒன்றும் நடக்கவில்லையென்றால் சொல்ல நிறைய விஷயங்கள் இருக்கும். ஆனால் அவையெல்லாமே அர்த்தமற்றவை. மனதின் இரைச்சல் எப்போதுமே ஓயாது. ஆனால் இரைச்சல் பயனற்ற விஷயங்களைப் பற்றியதாக இருக்கும். இரைச்சல் போடுவது மனதின் தந்திரங்களில் ஒன்று. உண்மையான பிரச்சினகளிலிருந்து தப்பிக்க அது இரைச்சலை நாடுகிறது. உண்மையான பிரச்சினைகளை ஓரம்கட்டிவிட்டுப் போலியான பிரச்சினைகளை உங்கள் முன் வைக்கிறது மனம். அப்போது நீங்கள் அதைப்பற்றியே பேசிக்கொண்டிருப்பீர்கள்.

பேசும்போது தாங்கள் தகவல் பரிமாற்றம் செய்வதாக மக்கள் நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். ஆனால் உண்மையோ அதற்கு நேர்மாறாக இருக்கிறது. தகவல் பரிமாற்றத்தைத் தவிர்ப்பதற்காகத்தான் மக்கள் பேசுகிறார்கள். தங்களைச் சுற்றி வார்த்தைகளாலான ஒரு சுவரை எழுப்பிக் கொள்கிறார்கள். உங்களையே நீங்கள் கவனியுங்கள். யாருடனாவது அதிகமாகப் பேசினால் உடனே என்ன செய்து கொண்டிருக்கிறோம் என்று நினைத்துப் பாருங்கள். இருவருக்கும் இடையே ஒரு சுவரை எழுப்பி அதன் பின்னால் ஒளிந்து கொண்டிருப்பீர்கள். அப்போதுதான் அடுத்தவரால் உங்களை அணுக முடியாது. நீங்கள் அவருக்குக் கிடைக்க மாட்டீர்கள். நடப்பது தகவல் தொடர்பு இல்லை. மொழியாலும் சொல்லாலும் உங்களை நீங்கள் அவரிடமிருந்து பிரித்துவிட்டீர்கள்.

சொல்ல ஒன்றும் இல்லையென்றால் நுட்பமான நிலையில் ஒரு தகவல் தொடர்பு ஏற்படுகிறது. ஒன்றும் சொல்லாமலேயே ஏதோ சொல்கிறீர்கள். உங்கள் மொத்த இருப்பு நிலையும் ஓர் உறுதித்தன்மையைப் பெறுகிறது.

நல்லது. யார் என்னிடம் சொல்ல ஒன்றும் இல்லை என்று சொல்கிறார்களோ அவர் எதையோ ஒன்றைச் சொல்லியிருக்கிறார் என்று புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

தீவிர ஞானம் பெறுதல் குழுவினர் வந்திருக்கிறார்கள்.

எப்போதும் நான் எதையாவது செய்து கொண்டிருக்க வேண்டியிருக்கிறதே என்ற எண்ணம் அடிக்கடி தோன்றுகிறது.

உங்களுக்குள் ஓர் எண்ணம் புரையோடிப் போயிருக்கிறது. 'நான் செய்பவன். எதாவது செய்து கொண்டேயிருக்க வேண்டும்' என்பதுதான் அந்த எண்ணம். செய்வதற்கு ஒன்றும் இல்லை. வாழ்க்கை நிறைவானது. செய்ய வேண்டியது ஒன்றும் இல்லை. உங்களுக்குத் தேவைப்படுவதெல்லாம் ஏற்கனவே கொடுக்கப்பட்டு விட்டன. நீங்கள் அனுபவித்து மகிழவேண்டியது மட்டுமே பாக்கி. எதையாவது செய்து காலத்தை வீணாக்கிக்கொண்டிருக்கிறீர்கள். நான் சொல்கிறேன். எல்லாவற்றையும் விட்டுவிடுங்கள். எதையும் செய்யாதீர்கள்.

நான் ஞானம் பெற்ற பிறகுதான் செய்வதை நிறுத்துவேன் என்று தோன்றுகிறது.

அப்படி ஒரு நாளும் நடக்காது. உங்களுடைய இப்போதைய அவசரத் தேவை - ஒரு புரிந்துணர்வு. எல்லாமே இருக்கிறது. எந்தக் குறையும் இல்லை என்ற புரிந்துணர்வு. உங்களுக்கென்று கொடுக்கப்பட்டிருப்பதை சந்தோஷமாக அனுபவியுங்கள். உங்கள் மகிழ்ச்சி அதிகமாக அதிகமாக இன்னும் மகிழ்வதற்கு அதிக வாய்ப்புகள் உங்களுக்குத் தரப்படும். மகிழ்ச்சியின் கொள்ளளவு இன்னும் கூடும். செய்வதற்கு வேறு ஒன்றும் இல்லை.

மேலை நாட்டில் ஏதாவது செய்து கொண்டேயிரு என்று உருவேற்றிவிடுகிறார்கள். எப்போதும் பரபரவென்று அங்கும் இங்கும் ஓடிக்கொண்டிருப்பதுதான் நல்லது என்று நினைக்கிறார்கள். நீங்கள் ஒன்றும் செய்யாவிட்டால் எதையும் சாதிக்க முடியாது என்றும் சொல்கிறார்கள். அதனால் செய்கைதான் சாதனைக்கு வழி என்று மனம் நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறது. கிழக்கில் எங்கள் சிந்தனை நேர் எதிர் திசையில் இருக்கிறது. செய்பவனாக இருக்காதே. உன்னிடம் எல்லாமே இருக்கிறது. என்றுதான் நாங்கள் சொல்லித் தருகிறோம்.

நான் குழுவில் இருந்தபோது பயம் ஒரு வால் நட்சத்திரம் போல் என்னைக் கடந்து சென்றது.

எல்லாமே வரும் போகும் நீங்கள் சாட்சியாக மட்டும் இருங்கள். உங்களுக்கு ஒன்றும் நடக்காது. வந்து போகும் எதுவும் உங்களைத் தொடாமல் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

உங்களுக்குப் பயம் வந்தது இந்த அறைக்குள் பறவை வருவது போல். கொஞ்ச நேரம் அறையைச் சுற்றிப் பறந்து கொண்டிருக்கும். பின் பயந்து போய் ஜன்னல் வழியாக வெளியே போய்விடும். கொஞ்சம் சிறகடிக்கும். அப்புறம் சென்றுவிடும். உங்கள் மனமும் அப்படித்தான். ஒரு சிறிய ஜன்னல் வழியாக எண்ணங்களும் உணர்வுகளும் வரும். பின் அதே ஜன்னல் வழியாகப் போய்விடும். நீங்கள் ஒன்றும் செய்யாமல் சாட்சியாக இருந்தால் அவை தன்னால் போய்விடும்.

அறைக்குள் பறந்து கொண்டிருக்கும் பறவை வெளியே போக உதவி செய்திருக்கிறீர்களா? உங்கள் உதவி பறவையைக் குழப்பும். அதன் பயம் அதிகமாகி சுவரில் மோதி காயப்படுத்திக் கொள்ளும். அறைக்குள் பறவை வந்தால் அது வெளியே போக உதவி செய்யாதீர்கள். அமைதியாக அமர்ந்து வேடிக்கை பார்த்துக் கொண்டிருங்கள். தன்னால் அது வெளியே போய்விடும். அதற்கு உங்கள் கருணை தேவையில்லை. உங்கள் கருணை அந்தப் பறவையைக் காயப்படுத்தும். சிலநேரங்களில் அது பறவையைக் கொன்றே போட்டுவிடும்.

மனதில் நடப்பது பற்றி எந்த முயற்சியும் செய்யாதீர்கள். பார்த்துக் கொண்டிருங்கள், போதும். அதை ஒரு பெரிய வேலையாக ஆக்கிக்கொள்ளாதீர்கள். சலனமில்லாமல் நடப்பதை வேடிக்கை பார்த்துக் கொண்டிருங்கள். செய்வதற்கு ஒன்றும் இல்லை என்னும்போது தேவையில்லாமல் இறுக்கத்தை வளர்த்துக் கொள்வானேன்?

ஆழமான அமைதியான தியான வழிமுறைகள்தான் என்னைக் கவர்கின்றன. அதே சமயத்தில் நான் எனக்குள் எதையோ அடக்கி வைக்கிறேனோ என்ற சந்தேகமும் எழுகிறது. நான் செய்ய வேண்டியதைச் செய்யாமல் இருக்கிறேனோ என்ற ஐயம் இருக்கிறது.

எதிர்கொள்ளல் குழு உங்களுக்குச் சரியான தீர்வாக இருக்கும். உங்களிடம் பிரச்சினைகள் அதிகம் இருப்பதாக எனக்குத் தோன்றவில்லை. ஆனால் ஒரு சிறிய பிரச்சினை இருந்தாலும் விபாசனா முறை ஆபத்தாகிவிடும். மனதில் அடக்கிவைத்திருக்கும் உணர்வுகளை எல்லாம் வெளியேற்றியபிறகுதான் விபாசனா முறையைக் கையாள வேண்டும். இல்லாவிட்டால் அதுவே ஒரு போராட்டமாகிவிடும்.

புத்த மடாலயங்களில் இன்று இதுதான் பெரிய பிரச்சினை. மன உணர்ச்சிகளை வெளியேற்றும் தியானமுறைகள் எதையும் சொல்லித்தராமலேயே விபாசனா முறையைச் சொல்லித்தருகிறார்கள். அது ஆபத்தானது. அடக்கிவைக்கப்பட்ட உணர்வுகள் உள்ளேயே தங்கிவிடும். எதையாவது அடக்கிவைக்க நினைத்தால் அதுவே ஆபத்தாகிவிடும்.

இங்கே அந்தத் தவறைச் செய்வதில்லை. இயக்கநிலை தியானம், உணர்ச்சிகளை வெளிக்கொணரும் தியானம், எதிர்கொள்ளல் முறை, முதன்மை நோய் நீக்கல் முறை எல்லாம் சொல்லித்தருகிறோம், அதன்பின் அவர்கள் மனம் நீவிவிட்டது போல் சுத்தமாகிவிடுகிறது. அதில் அடக்கிவைக்கப்பட்ட உணர்வுகள் எதுவும் இருக்காது. அதனால் விபாசனா முறையை சந்தோஷமாகச் செய்கிறார்கள். அதனால் நீங்கள் முதலில் எதிர்கொள்ளல் தியானம் செய்துவிட்டுப்பிறகு விபாசனா முறையைச் செய்யுங்கள்.

மேலைநாடுகளில் பயன்படுத்தப்படும் முறைகள் எல்லாமே அடக்கி வைக்கப்பட்ட உணர்ச்சிகளை வெளிக்கொணர்பவைதான். கீழைநாடுகளின் முறைகள் அவற்றுக்கு எதிரானவை. இந்த இரண்டு அணுகுமுறைகளையும் இணைத்து ஏதாவது செய்யமுடியுமா என்று பார்க்கிறேன். மேலை நாட்டு முறைகளை முதலில் செய்ய வேண்டும். அப்போதுதான் மனம் சுத்தமாகும். அடக்கிவைக்கப்பட்டவை எல்லாம் வெளியில் தூக்கியெறியப்படும். அதன்பின் கீழைநாட்டு முறைகள் பயன்படுத்தப்பட வேண்டும்.

ஏனென்றால் அவை உங்கள் ஆன்மாவின் மூலத்திற்கே செல்கின்றன. அப்போதுதான் அதனை ரசித்துச் செய்வீர்கள்: ஏனென்றால் அப்போது எந்த முயற்சியும் செய்ய வேண்டியதில்லை. முயற்சியில்லாமலேயே தியானம் சித்திக்கும். தானாக எல்லாம்

நடக்கும். நீங்கள் வேடிக்கை பார்த்துக் கொண்டிருந்தால் போதுமானது. ஆனால் இப்போது உங்கள் மனதில் பல விஷயங்கள் இருக்கின்றன. அவை எல்லாம் விபாசனா தியானத்தில் வெடித்துக்கொண்டு கிளம்பும். நீங்கள் அதைப்பற்றிச் சிந்தித்துக் கொண்டேயிருப்பீர்கள்.

பிரிந்து இருப்பதற்கும் தனிமைக்கும் உள்ள வேறுபாட்டை நீங்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். பிரிந்து இருத்தல் என்பது ஒரு வகையான அடக்கிவைத்தல், அமைதியாக இருக்கும்படி நீங்கள் உங்கள் மனதைச் செய்யும் வற்புறுத்தல் வம்படியாக உங்களை மற்றவர்களிடமிருந்து பிரித்துக்கொள்ளுதல். தனிமை என்பது பிரிந்து இருத்தல் அல்ல. நீங்கள் எதையும் வெட்டிவிடவில்லை. வெட்ட ஒன்றும் இல்லையே. நீங்கள் தனியாக இருக்க முயற்சி செய்யவில்லை. தனியாக இருக்க வேண்டும் என்று உங்களை நீங்களே வருத்திக் கொள்ளவில்லை. நீங்கள் தனியாக இருக்கிறீர்கள். அதில் எந்த முயற்சியும் இல்லை.

புத்த மடாலயங்களில் விபாசனா யோகம் பிரிந்து இருத்தல் என்ற நிலைக்கு வந்துவிட்டது. அதைத் தனிமை நிலைக்கு உயர்த்த வேண்டும் என்பதே என் குறிக்கோள். பிரிந்து இருத்தல் எதிர்மறையானது. ஏனென்றால் அந்த சமயத்தில் உலகத்தோடு நமக்கு இருக்கும் தொடர்பை நாம் வம்படியாக அறுத்துக் கொள்ள முயற்சி செய்கிறோம். எல்லா உறவுகளும் நமக்குச் சலித்துப் போய்விடுகிறது. அன்புகூட அலுத்துப் போய்விடுகிறது. வாழ்க்கையிலிருந்து பின்வாங்குகிறோம். எதிர்மறையான ஒரு வெற்றிடத்தில் ஓர் இருட்டில் இருக்கிறோம்.

தனிமை நேர்மறையானது. உறவுகளை அறுத்துக் கொள்வதோ சமுதாயத்தைவிட்டு விலகி ஓடுவதோ தனிமையில்லை. அது பின்வாங்குதல் இல்லை. உங்கள் இருப்புநிலையில் மூழ்குதல். உள்ளே செல்லுதல். பின்வாங்குதலில் நீங்கள் மற்றவர்களைப் பற்றித்தான் யோசிக்கிறீர்கள். தனிமையில் நீங்கள் மற்றவர்களைப் பற்றிக் கவலைப்படாமல் உங்களுக்குள்ளேயே மூழ்குகிறீர்கள். அடுத்தவர்களுடன் தொடர்பு கொள்ளும் முன் நீங்கள் உங்களுக்குள் இருக்கும் கோயிலுக்குள் சென்று அடுத்தவருக்குப் பகிர்ந்து கொடுக்கப் பிரசாதம் வாங்கி வருகிறீர்கள்.

கிணற்றிலிருந்து நீர் இரைப்பதை நினைத்துப் பாருங்கள். கிணற்றுக்குக் கொஞ்சம்கூட ஓய்வே கொடுக்காமல் நீங்கள் தொடர்ந்து தண்ணீர் இரைத்துக் கொண்டேயிருந்தால், இரைத்த நீர் ஊறுவதற்கு அவகாசம் கொடுக்கவில்லையென்றால் ஊற்று வற்றிவிடும். கிணறு வரண்டுவிடும். தண்ணீர்க் கிணற்றுக்குக் கொடுக்கும் ஓய்வைப் போன்றதுதான் தனிமை.

சாதாரண வாழ்க்கையை வாழ்ந்து கொண்டேயிருப்பதால் நம்மிடம் உள்ள சக்தியெல்லாம் வற்றிப் போகிறது. ஆயிரத்தியோரு பிரச்சினைகள், காயங்கள், வலி, வேதனை - சக்தி வற்றாமல் என்ன செய்யும்? நீங்கள் உங்கள் உலகத்திற்குள் சென்று மீண்டும் சக்தியையும் புத்துணர்ச்சியையும் பெறுவதுதான் தனிமை. தனிமையில் இருந்தால் மீண்டும் இந்த உலகத்திற்கு உற்சாகத்துடன் வந்து உங்களிடம் உள்ளதைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாம்.

எதையாவது அடக்கிவைத்தால் விபாசனா தியானமுறை பிரிந்து இருத்தல் என்ற வகையில் சேர்ந்துவிடும்.. பயத்தை அடிப்படையாகக் கொண்ட ஒரு நோயாகிவிடும்.

உலகத்திலிருந்து பின்வாங்காமல் பயந்து ஓடாமல் மீண்டும் திரும்பி வரப்போகிறீர்கள் என்றால் விபாசனா ஓர் ஆரோக்கியமான தியானப் பயிற்சியாக இருக்கும். அது துறவல்ல. அதில் நீங்கள் உலகத்தை வெறுத்து ஒதுக்குவதில்லை. அது நீங்களே விரும்பி எடுத்துக்கொள்ளும் உன்னதமான ஓய்வுநிலை.

குழுவில் உங்கள் அனுபவம் என்ன?

முதலில் என் மனம் கொஞ்சம் வேகம் குறைந்து மெதுவாக இருக்க ஆரம்பித்தது. அது நன்றாக இருந்தது. ஆனால் தொடர்ந்து பேசுவது கஷ்டமாக இருந்தது.

நல்லது. எனக்குப் புரிகிறது. நீங்கள் விபாசனா பயிற்சிக்குத் தயாராகிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்.

ஆமாம் அது நல்ல அறிகுறியாகத்தான் இருக்க வேண்டும். ஏனென்றால் இன்று காலை நான் கண் விழித்தபோது எனக்குத் தூக்கம் தூக்கமாக வந்தது. காலை வேளைகளில்

அவ்வளவு தூக்கம் எனக்கு வந்ததேயில்லை. நான் எந்த வேலையும் செய்யவில்லை. தொடர்ந்து தூங்கிக் கொண்டே யிருந்தேன். எனது தூக்கம் குறித்து அதீத விழிப் புணர்வு இருந்ததால்தான் இப்படி நடக்கிறது என்று நினைக் கிறேன்.

அப்படி நடக்க வாய்ப்பு இருக்கிறது. உங்களுக்கு விழிப்புணர்வு இல்லையென்றால் உங்கள் தூக்கமே மேலோட்டமாகத்தான் இருக்கும். உங்களுக்கு ஓர் ஆழம் கிடைத்திருப்பதால் எல்லாவற்றிலும் ஆழத்தைப் பார்க்கத் தொடங்கிவிட்டீர்கள். அதனால் உங்கள் தூக்கமும் ஆழமானதாகிவிட்டது.

விழிப்புணர்வு அதிகமாக இருக்க இருக்கத் தூக்கம் ஆழமாக இருக்கும். விழிப்புணர்வு மந்தமாக இருந்தால் ஏற்கனவே கொஞ்சம் தூக்கம் இருக்கும். அதனால் உங்கள் தூக்கம் அவ்வளவு ஆழமாக இருக்காது. அனைத்தும் ஒரு குறிப்பிட்ட விகிதாச்சாரத்தில் தான் இருக்கும். காலை வேளையில் கடுமையாக உழைத்தால் இரவில் தூக்கம் ஆழமாக இருக்கும். காலையில் நீங்கள் ஓய்வு எடுத்துக்கொண்டால் இரவில் தூக்கமின்மை வியாதிதான் இருக்கும்.

என்னுடன் ஒருவன் சில வருடங்கள் இருந்து வந்தான். அவனுக்கு ஒரு பயிற்சியைச் சொல்லிக் கொடுத்தேன். அது மிகத் தீவிரமான விழிப்புணர்வு பயிற்சி. மூன்று மாதங்கள் கடுமையான பயிற்சியை அவன் மேற்கொண்டான். அதன்பின் ஒரு நாள் திடீரென்று அவன் கோமாவில் ஆழ்ந்தான். ஆமாம் கோமாவேதான். அந்த கோமா நிலை நான்கு நாட்கள் நீடித்தது. அவனுடைய குடும்பத்தார் பயந்து போய்விட்டார்கள். கையைப் பிசைந்தபடி "டாக்டரைக் கூப்பிடவேண்டும்" என்று என்னிடம் சொன்னார்கள். "தயவு செய்து அவனைத் தொந்தரவு செய்யாதீர்கள்" என்று சொன்னேன். அப்போது அவனைத் தொந்தரவு செய்தால் அவனுடைய வாழ்நாள் முழுவதும் அந்தத் தொந்தரவு நீடிக்கும்.

மரணத்திலிருந்து எழுந்திருப்பவனைப் போல் நான்கு நாட்களுக்குப் பின் அவன் கண் விழித்தான். அந்த நான்கு நாட்களில் அவனுக்கு ஒரு கனவுகூட வரவில்லை. எல்லாமே நின்றுவிட்டதைப் போன்ற அற்புதமான உறக்கம். பல வருடங்கள் பல வாழ்நாட்கள் தூங்காததைப் போல் தூங்கினான் அவன்.

அதனால் உங்களுக்கு நடந்தது போல் நடக்க வாய்ப்பிருக்கிறது. கவலைப்பட ஒன்றும் இல்லை. ஒரு துருவத்தை நோக்கிச் செல்லும் போது எதிர் துருவத்தில் இருப்பவை நிகழத்தான் செய்யும். ஆழமாகத் தியானம் செய்து கொண்டிருக்கும்போதே ஒரு நாள் நீங்கள் காதலில் விழுந்துவிட்டது தெரியும். அதேபோல் ஆழமாகக் காதலித்தால் ஒரு நாள் இல்லாவிட்டால் ஒரு நாள் உங்களுக்குள் ஒரு புதிய பரிமாணத்தின் கதவு திறப்பது தெரியும். அதுதான் தியானம்.

ஆழமாகக் காதலித்தால் ஒருநாள் அது உங்களைத் தியான நிலைக்கு அழைத்துச் சென்றுவிடும். அதே போல் ஆழமாகத் தியானித்தால் ஒருநாள் அது உங்களைக் காதலில் விழ வைத்து விடும்.

காதல் வயப்படாமல் யாராவது தியானம் செய்கிறேன் என்று சொன்னால் அவன் இருப்புநிலையை முட்டாளாக்கப் பார்க்கிறான் என்று பொருள். இருப்புநிலையை ஒருநாளும் முட்டாளாக்க முடியாது.

அதுபோல் தியானமே கலக்காமல் சுத்தமான காதல் வாழ்க்கையை வாழலாம் என்று நினைப்பதும் மடமை.

என்னுடைய கடந்தகாலத்திலிருந்து பல விஷயங்கள் வெளியே வரும் என்று நினைத்தேன். ஆனால் ஒன்றும் வரவில்லையே.. நான் எதையும் ஒளிக்கவில்லை என்றுதான் தோன்றுகிறது.

உங்கள் நிலை எனக்குப் புரிகிறது. இதுதான் உங்கள் முதல் குழு அனுபவம். அதனால் முதன்மை நோய்நீக்கல் குழு உங்களுக்கு உதவலாம் என்றுதான் அங்கே அனுப்பி வைத்தேன். அதுதான் உங்கள் கடந்தகாலத்திற்குள் செல்கிறது.

உங்கள் கடந்தகாலம் அப்படியேதான் இருக்கிறது. அதை உங்களால் மறக்கமுடியாது. அதை உள்ளுணர்வோடு நீக்க வேண்டும்.

கடந்தகாலத்தை நீங்கள் மறந்திருக்கலாம். ஆனால் அது ஒரு நிழல்போல் உங்களை லட்சம் வழிகளில் பாதிக்கும். ஆனால்

உங்களுக்கு அதுபற்றிய விழிப்புணர்வே இருக்காது.. நீங்கள் அதன் கையில் பொம்மையாக இருப்பீர்கள்.

தயவுசெய்து எனக்கு ஒரு புதிய பெயரைக் கொடுங்கள். பழைய பெயர் சரியாகப் படவில்லை. இன்று காலை கண் விழித்ததும் எனக்குள் எழுந்த முதல் உணர்வு: என் பழைய பெயர் என்னோடு ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும் ஒரு பழைய தோலைப் போல் இருக்கிறது. என்பதுதான்.

நல்லது. இதுவும் ஒரு நல்ல அனுபவம்தான்.

நீங்கள் உங்கள் பெயரல்ல. ஒவ்வொரு பெயருக்கும் ஒரு பயன்பாடு உண்டு. அது ஓர் அடையாளம் ஒரு முத்திரைச் சீட்டு. அது இல்லாவிட்டால் நீங்கள் பெயரற்றவராக இருப்பீர்கள். இப்போது நான் உங்களுக்கு ஒரு புதிய பெயரைக் கொடுக்கலாம். ஆனால் அதுவும் இரண்டே நாட்களில் பழையதாகிவிடுமே! எந்தப் பெயரும் கொடுக்கப்பட்டவுடன் பழையதாகிவிடும்.

என்றாலும் உங்களுக்கு ஏற்பட்டது ஒரு நல்ல அனுபவம். நீங்கள் உங்கள் பெயரில்லை என்பதை உணர்ந்து கொண்டுவிட்டீர்களே!

என் வயது குறைந்துவிட்டதைப் போல் உணர்கிறேன்.

எனக்குப் புரிகிறது. இன்னும் வயது குறைந்து கொண்டே போகும். ஆனால் அதற்காகப் பெயரை மாற்றிக்கொண்டேயிருக்க முடியாது. அதன்பின் அனைவரும் இதே கோரிக்கையுடன் வந்து விடுவார்கள். அவ்வளவு பெயர்களுக்கு நான் எங்கே போவேன்! ஏற்கனவே பெயர்கள் தட்டுப்பாடாக இருக்கின்றன.

○

இருபத்து எட்டாம் நாள்

மரணமில்லாப் பெருவாழ்வு

ஓம் மாரத்தான் என்ற தியானக் குழுவில் இருந்தவர்கள் வந்திருக்கிறார்கள். முன்னதாக அந்தக் குழுவின் தலைவர் தனக்கு அனுப்பியிருந்த கடிதத்தைப் படிக்கிறார் ஓஷோ. பின் தலைவரிடம் 'இன்னும் ஏதாவது சொல்ல விரும்புகிறீர் களா?' என்று கேட்கிறார்.

மேலைநாடுகளில் நடந்த முகாம்களில் தலைவனாகப் பணியாற்றியிருக்கிறேன். இங்கே இதுபோன்ற ஒரு மாரத்தான் குழுவை நடத்திச் செல்வதில் என்ன பிரச்சினைகள் இருக்கின்றன என்று தெரிந்து கொள்ள எனக்குள் ஆழமாகப் பார்த்தேன். நான் என்னதான் செய்கிறேன் என்பதை ஆராய்ந்தேன். நான் செய்வதெல்லாம் உங்களைச் சந்தோஷப்படுத்துவதற்காக, உங்கள் அங்கீகாரத்தைப் பெறுவதற்காக என்று தெரிந்தது. உங்கள் அங்கீகாரம் எனக்கு முக்கியமாகப்பட்டது. என்னைப் பொறுத்தமட்டில் இந்த மாரத்தான் குழு அங்கத்தினர்களைவிடத் தலைவர்களுக்கு அதிகம் பயனுள்ளதாக இருந்தது.

எனக்குப் புரிகிறது. இப்படித்தான் நடக்கும் என்று நினைத்தேன். ஏனென்றால் நீங்கள் இந்தக் குழுவில் உங்கள் போக்கில் வேலை பார்த்தீர்கள். உங்களுக்கு அதிகமான சுதந்திரம் இருந்தது. நீங்கள் யாருக்கும் பதில் சொல்ல வேண்டியதில்லை. அதனால் இது உங்களுக்குச் சுலபமாக இருந்தது. நீங்கள் தன்னிச்சையாகச் செயல்படலாம். நான் இங்கே இருக்கிறேன் என்பது பின்னணியில் ஓடிக் கொண்டிருக்கும். அதுதான் உங்கள் தலைமைக்குப் பிரச்சினை யாகிவிட்டதோ என்று நினைக்கிறேன். அதுமட்டும் இல்லாவிட்டால் இன்னும் அதிகமாகப் பக்குவம் அடைந்திருப்பீர்கள்.

பொறுப்பில்லாமல் இருப்பது சுதந்திரம் இல்லை. பொறுப்புகளைச் சுமந்தபடி சுதந்திரமாகச் செயல்படுவது என்பது மகத்தான விஷயம். பொறுப்புகள்தான் வளர்ச்சிக்கு வழிகோலுகின்றன. குழுவின் அங்கத்தினர்கள் மட்டுமல்லாமல் தலைவனும் குழுவின் ஒரு பகுதியாக இருந்து பயன்பெறுகிறான். நீங்கள் உங்களைமட்டும் கவனித்துக் கொண்டிருந்தால் உங்களுக்குக் குழுவின் மூலம் வளர்ச்சி இருக்காது. நீங்கள் அந்த வட்டத்துக்கு வெளியே இருக்கிறீர்களே! எப்படி வளரமுடியும்? நீங்கள் குழுவினருக்கு உதவுகிறீர்கள். இல்லையென்று சொல்லவில்லை. குழுவினரை இழுத்துப் பிடித்துத் தள்ளிவிட்டு அவர்களை அடக்கியாண்டு வளர வேண்டிய ஓர் அவசியத்தையும் அவசரத்தையும் அவர்களுக்கு உணர்த்துகிறீர்கள். மறுக்கவில்லை. ஆனால் நீங்கள் அந்த வளர்ச்சியில் பங்கு கொள்ளாமல் வெளியே நின்றுவிட்டீர்களே!

நீங்கள் மட்டும் இல்லை எல்லாக் குழுத் தலைவர்களும் இப்படித்தான் இருக்கிறார்கள். அவர்கள் மற்றவர்களுக்கு உதவு கிறார்களேயொழியத் தங்களுக்கு எதுவும் செய்து கொள்வதில்லை. அவர்கள் ஒரு குழப்பநிலையில்தான் இருக்கிறார்கள். உதவி செய்கிறார்கள் என்பதை மறுப்பதற்கில்லை. ஆனால் அவர்களுக்குள் பிளவுகள் வந்துவிட்டன.

அவர்களுடைய ஆளுமை தனியாக குழுவிற்கு வெளியே இருக்கிறது. அவர்கள் வெறும் தொழில் நுட்ப வல்லுனர்களாக மட்டுமே இருக்கிறார்கள். ஓர் உத்தியின்மூலம் மற்றவர்களுக்கு உதவுகிறார்கள். ஆனால் அவர்கள் இரு மனிதர்களாகப் பிரிந்து போகிறார்கள்.அடுத்தவர் பிரச்சினையைப் பற்றி அலசும்போது மிகவும் நேர்மையாக இருக்கிறார்கள். என்ன செய்யவேண்டும் என்று அவர்களுக்குத் தெளிவாகத் தெரிகிறது. அவர்கள் பிரச்சினை என்று வரும்போது அவர்களே அடுத்தவர்களுக்குக் கொடுத்த அறிவுரையை மறந்து போகிறார்கள். அவர்களுடைய ஞானம் அடுத்தவர்களுக்குப் பயன்படுகிறது. அவர்களுக்கு இல்லை.

நீங்கள் இன்னும் வளர வேண்டும் என்ற விழிப்புணர்வு உங்களுக்கு இருக்க வேண்டும். அடுத்தவர்களுக்கு உதவி செய்வது சமயத்தில் தப்பிக்கும் வழியாகக்கூட இருக்கலாம்.

ஏனெனில் அந்தச் சமயத்தில் நீங்கள் உங்கள் பிரச்சினையை மறந்துவிடுகிறீர்கள். உங்கள் பிரச்சினைகளை அலசி ஆராய உங்களுக்கு இடமும் காலமும் கிடைப்பதில்லை. உங்கள் குழுவினருடைய எல்லாப் பிரச்சினைகளுக்கும் நீங்கள் தீர்வு தேட வேண்டியிருக்கிறதே! பாவம் என்ன செய்வீர்கள்! மற்றவர்களைப் பொறுத்தமட்டில் நீங்கள் எப்போதுமே புத்திசாலியாகவே இருக்க வேண்டும். அதனால் பட்டும் படாமலும் வெளியே இருந்துவிடுகிறீர்கள்.

தலைவராக இருந்துகொண்டு உங்கள் பிரச்சினையை எப்படிக் குழுவிற்குக் கொண்டுவர முடியும்? அப்படிச் செய்தால் மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்ய முடியாதே! உங்களுக்கே பிரச்சினை இருக்கிறது என்றால் குழுவினருக்கு உங்கள்மேல் உள்ள நம்பிக்கை போய்விடுமே! அதனால் உங்களுக்கு எல்லாம் தெரியும் என்று பாசாங்காவது பண்ண வேண்டியிருக்கிறது. நீங்கள் இப்படி இருப்பது நிச்சயமாக அடுத்தவர்களுக்கு உதவுகிறது. ஆனால் உங்களுக்கு இது விஷமாகிவிடுகிறது.

படிப்படியாக நீங்கள் பாசாங்கு செய்வது நிஜமாகிவிடுகிறது. உங்கள் பிரச்சினைகள் உங்களுடைய உணர்வின்மை நிலையிலேயே புதைந்து கிடக்கின்றன. அவற்றை மறந்துவிடுகிறீர்கள். அப்படியே அவை மேலே வந்தாலும் அவற்றைப் பார்ப்பதைத் தவிர்த்து விடுவீர்கள்.

இதை உங்களுக்கு மட்டும் சொல்லவில்லை. எல்லாத் தலைவர்களுக்கும் சொல்கிறேன். முக்கியமாக முதன்மை நோய்-நீக்கல் குழுவின் தலைவிக்குச் சொல்கிறேன். அடுத்தவர்களுக்கு உதவி செய்வதில் அவள் கில்லாடியாக இருக்கிறாள். அவளுக்கு உத்திகள் அனைத்தும் தெரியும். ஆனால் தன்னுடைய பிரச்சினை என்று வரும்போது எந்த உத்தியும் அவளுக்கு உதவவில்லை.

அடுத்தவருக்கு உதவுவது நல்லதுதான். ஆனால் அதில் நீங்கள் உங்களைத் தொலைத்துவிடக் கூடாது. இது உங்கள் வளர்ச்சி. இதற்கு நீங்கள் ஏதாவது செய்தேயாக வேண்டும்.

இந்தக் குழுவில் நீங்கள் தலைவராக மட்டும் இல்லை ஓர் உறுப்பினராகவும் இருந்திருக்கிறீர்கள். காரணம் நான் வெளியில்

இருந்து பார்த்துக் கொண்டிருந்தேன். உங்களை வற்புறுத்திக் குழுவோடு சேரச் சொன்னேன். இப்போது அதுதான் உங்கள் பிரச்சினையாகிவிட்டது. ஏனென்றால் இப்போது உங்கள்மேல் இருந்த நம்பிக்கை ஆட்டம் கண்டுவிட்டது.

அதனால்தான் நீங்கள் இந்தக் குழு சராசரிக்கும் கீழே என்று நினைத்தீர்கள். ஆனால் அது உண்மையில்லை. தலைவர் சரியாக இல்லை. நான் உங்களைச் சீண்டிப் பார்த்தேன். இந்தக் குழுவில் எந்தக் குறையும் இல்லை. ஆனால் நீங்கள்தான் உங்கள் நம்பிக்கையைத் தொலைத்துவிட்டீர்கள். அதனால்தான் உங்களுக்குப் பிரச்சினை ஏற்பட்டது.

நான் எப்படி உங்களைச் சீண்டினேன் என்று சொல்லட்டுமா? உங்களுடைய முன்னாள் மனைவியையும் இந்நாள் காதலியையும் வேண்டுமென்றே உங்கள் குழுவில் சேர்த்துவிட்டேன். இதில் யாராவது ஒரு பெண் இருந்தாலே போதும். கதை கந்தலாகியிருக்கும். இருவரும் இருந்தால்.. அதுவும் மாஜி மனைவி மற்றும் காதலி ஒரே இடத்தில் இருந்தால். .. கேட்கவே வேண்டாம்.

உள்ளபடி அவர்கள் எந்தப் பிரச்சினையையும் உருவாக்கவில்லை. ஆனால் அவர்கள் இருப்பதே உங்களுக்குப் பிரச்சினையாகிவிட்டது. நீங்கள் எங்கே போகிறீர்கள் என்ன செய்கிறீர்கள் என்று அந்த இரு பெண்மணிகளும் உன்னிப்பாகப் பார்த்துக்கொண்டிருந்ததே உங்களுக்குப் பிரச்சினையாகிவிட்டது. அதுபோக நான்வேறு சிறிது தள்ளி நின்று மேற்பார்வை பார்த்துக் கொண்டிருந்தேன். நீங்கள் நரக வேதனையில் இருந்தீர்கள் என்று எனக்குத் தெரியும். ஆனால் இதன்மூலம் உங்களுக்கு மகத்தான உள்ளுணர்வு கிடைக்க வாய்ப்பிருக்கிறது.

அடுத்தமுறை எதுவும் செய்யாமல் தளர்வாக இறுக்கமின்றி இருங்கள். என் அங்கீகாரத்தைப் பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள். நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள் என்பது முக்கியமல்ல. நீங்கள் எப்படி இருக்கிறீர்கள் என்பதுதான் முக்கியம். நீங்கள் செய்கிறீர்களா இல்லையா. நீங்கள் செய்வது வெற்றி பெறுகிறதா தோல்வியடைகிறதா என்பது கேள்வியில்லை. விளைவு எப்படி இருந்தாலும் என் அங்கீகாரம் எப்படியும் இருக்கும். என் அங்கீகாரத்துக்கு எந்த

நிபந்தனையும் கிடையாது. நீங்கள் ஒட்டுமொத்தமாகத் தோல்வியடைந் தாலும் என் அங்கீகாரம் இருக்கும் என்பதை நம்பலாம். வெற்றிபெற வேண்டுமே என்று நீங்கள் மெனக்கெடத் தேவையில்லை.

அடுத்த குழுவில் நீங்களாக வேலை பார்ப்பதற்குப் பதிலாக என்னை உங்கள்மூலம் வேலை செய்ய அனுமதியுங்கள். நீங்கள் ஒரு வித்தியாசத்தைப் பார்ப்பீர்கள். ஒரு வாகனமாக இருங்கள் போதும். எப்போது உங்களுக்குத் தயக்கமாக இருக்கிறதோ, என்ன செய்ய வேண்டும் என்று நிச்சயமாகத் தெரியவில்லையோ அப்போது கண்களை மூடிக்கொண்டு என்னை நினையுங்கள். உங்களுக்கும் மற்ற சந்நியாசிகளுக்கும் திடீரென்று ஒரு பாலம் தோன்றுவதைக் காண்பீர்கள்.

நீங்கள் மற்ற குழுக்களோடும் பணிபுரிந்திருக்கிறீர்கள். ஆனால் இந்தக் குழு வித்தியாசமானது. நீங்கள் எனக்குச் சொந்தம். அதுபோல் குழுவினர் அனைவருமே எனக்குச் சொந்தம். மற்ற குழுக்களின் உறுப்பினர்கள் தனிமனிதர்கள். அவர்கள் ஒரு தொடர்பில்லாத மக்கள் கூட்டம். அவ்வளவுதான். ஒவ்வொரு உறுப்பினரும் தனியாக இயங்குவார்.

ஆனால் முதன்முறையாக ஒருங்கிணைக்கப்பட்ட ஒரு குழுவிற்குத் தலைவனாக இருந்தீர்கள். என் சந்நியாசிகள் தனி மனிதர்களின் கூட்டம் இல்லை. அவர்கள் எனக்குச் சொந்தமானவர்கள். அவர்கள் என் குடும்பம். அவர்களுக்கிடையே ஒரு தொடர்பும் நெருக்கமும் இருக்கும். ஒரே குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவர்கள் அல்லவா?

அதனால் தல்லவரைவிடக் குழு பெரியதாக இருந்தது. அதுதான் உங்கள் பிரச்சினையின் மூலகாரணம். நீங்கள் ஒவ்வொரு உறுப்பினரையும் தனித்தனியாகச் சமாளித்திருக்கலாம். ஆனால் ஒரு குழுவாக இயங்கும்போது அது நடக்காத காரியம். அதனால் அதை ஒரு பிரச்சினையாக்கிவிட்டீர்கள். அதுதான் நீங்கள் செய்த தவறு.

இதை ஒரு வாய்ப்பாகப் பயன்படுத்திக் கொண்டிருக்கலாம். ஆனால் உங்களுக்கும் உறுப்பினர்களுக்கும் இடையே நான் புகுந்துவிட்டதாக நினைத்தீர்கள். ஏனென்றால் அவர்கள் என் வார்த்தைகளை உங்களிடம் சொன்னார்கள். அந்த வார்த்தைகளுக்குப்

பின்னால் ஒளிந்து கொண்டார்கள். அதுதான் உங்கள் பிரச்சினை. அடுத்தமுறை இதையே நீங்கள் பயன்படுத்திக்கொள்ளலாம்.

எது நமக்குத் தடைக்கல்லாக இருக்கிறதோ அதையே படிக்கல்லாகப் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். கொஞ்சம் முயற்சி செய்து பாதையை மறித்துக்கொண்டு கிடக்கும் பாறையின் மீது ஏறி நின்றால் இன்னும் உயரத்திலிருந்து உண்மையைப் பார்க்கலாம்.

அடுத்தமுறை என்னைப் பயன்படுத்துங்கள். அப்படிச் செய்தால் அவர்கள் என் வார்த்தைகளுக்குப் பின்னால் ஒளிந்து கொள்ள மாட்டார்கள். என்னுடைய கருவியாக என் வாகனமாக மாறுங்கள். உங்களுக்கும் குழுவினருக்கும் இடையே ஒரு பாலம் தோன்றும். இது போன்று அற்புதமான ஒரு குழுவைப் பார்த்ததில்லை என்று நீங்கள் சொல்வீர்கள்.

குழுக்களோடும் மனிதர்களோடும் தொடர்ந்து வேலை பார்த்துவந்தால் ஒரு நுட்பமான அகந்தை உணர்வு உங்களை ஆட்கொள்ளும். அதனை விட்டொழிக்க வேண்டும். அடுத்த முறை என்னுடைய ஊடகமாக என்னுடைய கருவியாக மட்டும் செயல்படுங்கள். என்னுடைய மற்ற சந்நியாசிகளுடன் நீங்களும் ஒரு சந்நியாசியாக - என் சந்நியாசியாக - இருங்கள். நீங்கள் தலைவனாக இருக்க வேண்டும் என்பதில்லை. ஓர் உதவியாளராக இருந்தால்கூடப் போதும்.

முதல் குழு இப்படித்தான் இருக்கும். அடுத்த முறை இறுக்கமில்லாத வித்தியாசமான அணுகுமுறையைக் கையாளுங்கள். நல்லது நடக்கும். இந்தக் குழுவிலேயே நல்லது நடந்திருக்கிறது. இப்போது நான் குழுவின் உறுப்பினர்களிடம் என்ன நடந்தது என்று கேட்கப் போகிறேன். பல விஷயங்கள் நடந்திருக்கின்றன என்பதை நீங்கள் உணர்வீர்கள். என்னால் அதைப் பார்க்க முடியவில்லையே என்று கவலைப்பட்டீர்கள் அல்லவா? இங்கே என் பக்கத்தில் கொஞ்ச நேரம் இருந்து நடப்பதைக் கவனியுங்கள்.

ஒரு பக்கம் பார்க்கும்போது உணர்வு பூர்வமான விஷயங்கள் உணர்வுகளுக்கு வடிகாலாக இருக்கும் விஷயங்கள் எல்லாமே மேம்போக்கானவை என்பதை உணர்கிறேன். மறுபக்கம் அவை எல்லாம் உண்மையானவை என்பதையும்

உணர்கிறேன். ஒருவேளை இதைப் பற்றி எனக்குத் தெரிந்ததனால் இப்படித் தோன்றுகிறதோ... நடப்பது நாடகமோ நடிப்போ இல்லை என்று என்னால் உணர முடிகிறது. அதைப் பற்றிய விழிப்புணர்வு இருப்பதால்தான் என்னால் இந்த வித்தியாசத்தை உணரமுடிகிறதோ? அதனால்தான் இதை நான் ஏற்றுக்கொண்டு செய்கிறேனோ?

விழிப்புணர்வு வந்துவிட்டால் நாம் செய்வது எல்லாமே மேம்போக்கானவை என்பதைத் தெரிந்து கொள்வீர்கள். விழிப்புணர்வு மலர்கின்ற அந்தக் கணத்தில் எதுவுமே ஆழமாகத் தெரியாது. எல்லாமே வெளிச்சுற்றில் இருப்பது போலவும் மிகவும் மேலோட்டமானவை போலவும் தெரியும். காரணம் விழிப்புணர்வு நிலையில் நீங்கள் உங்கள் ஆன்மாவின் மையத்தில் வேரூன்றி நிற்கிறீர்கள்.

பாருங்கள் நாம் இப்போது இந்தக் கட்டடத்தின் திண்ணை போன்ற ஓர் அமைப்பில் அமர்ந்திருக்கிறோம். இது வெளியில் இல்லை. ஆனால் கட்டடத்தின் நடுக் கூடத்திலிருந்து பார்த்தால் இந்தத் திண்ணை வெளியிடமாகத்தான் தெரியும்.

அதனால் விழிப்புணர்வு அதிகமாக அதிகமாக இன்னும் அதிகமான விஷயங்கள் மேம்போக்கானவை என்பதை உணர்வீர்கள். இதனால் ஓர் அச்சம்கூட உண்டாகலாம். அன்புகூட மேலோட்டமானதுதானோ என்ற ஐயம் வரலாம். நீங்கள் செய்வதை விழிப்புணர்வுடன் உன்னிப்பாகக் கவனித்தால் நீங்கள் நடித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதை உணர்வீர்கள். ஏனென்றால் நீங்கள் உங்கள் செய்கையுடன் உங்களை ஐக்கியப்படுத்திக் கொள்ளவில்லை. இந்த நிலையில் அது செயல் அல்ல. வெறும் நடிப்பு.

உண்மையான விழிப்புணர்வு கொண்டவன் உலகம் என்னும் பிரம்மாண்டமான நாடக மேடையில் நடிகனாகிறான். அவன் எதிலும் ஆழமாக இறங்குவதில்லை. அது அவனால் முடியாது. ஏனென்றால் எல்லாவற்றையும் கடந்த ஒரு பொருள் எப்போதும் அங்கே இருக்கிறது. அதற்காக அவன் உண்மையாகச் செயல்படவில்லை என்று சொல்ல முடியாது. அவன் மிகவும் உண்மையாக இருப்பான். ஆனால் அவனுடைய அதீத ஆழத்திற்குப் பக்கத்தில் மற்றவை அனைத்தும் மேம்போக்காகவே தெரியும்.

உங்களுக்கு வந்திருப்பது ஒரு மகத்தான உள்ளுணர்வு. அதை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். உங்களுக்கு மற்றவை அனைத்தும் மேம்போக்கானவை என்று தெரிவதால் அவற்றைக் கண்டிக்காதீர்கள். வெறுத்து ஒதுக்காதீர்கள். அப்படிச் செய்தால் உங்கள் உள்ளுணர்வு போய்விடும்.

உணர்வு நிலை முழுமை பெற்றிருக்குமேயானால் இருப்பதிலேயே அதுதான் ஆழமானதாக இருக்கும். அந்தச் சமயத்தில் கடவுளே உங்கள் முன் தோன்றினாலும் அவர் மேம்போக்கானவராகத்தான் தெரிவார். அவர்கூட உங்கள் விழிப்புணர்வைவிட ஆழமாகத் தெரியமாட்டார். அவரும் விழிப்புணர்வால் உணரப்படும் ஒரு பொருளாகத்தான் இருப்பார். உங்கள் உணர்வுநிலையின் ஆழம் அளவற்றது. அதற்கு உவமையாக எதனையும் கூற முடியாது.

அதனால்தான் சொல்கிறேன் உங்களுக்கு வந்திருப்பது ஒரு மகத்தான உள்ளுணர்வு என்று.

நாள் முழுவதும் இதே விழிப்புணர்வுடன் இருங்கள். அதை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். அதை நிந்திக்காதீர்கள்.

அது அழகானது. அதன் அழகின் அருகில் மற்ற அழகெல்லாம் மேம்போக்கானவையே!

நடப்பது ஒரு கனவோ என்று நினைக்கும் அளவிற்கு விநோதமாக இருக்கிறது.

ஆம் நடப்பது கனவுதான். அதனால்தான் இந்தியாவில் ஞானம் பெற்றவர்கள் உலகை மாயை என்றார்கள். அவர்கள் உலகத்தைப் பொய் என்று சொல்லவில்லை. ஆனால் அந்த ஞானிகள் இருக்கும் ஆழத்திலிருந்து பார்த்தால் எல்லாமே பொய்யாகத்தான் தெரியும்.

உங்களுக்குக் கிடைத்திருக்கும் உள்ளுணர்வை ரசியுங்கள். ஆனால் அதை ஒரு புதிராக்காதீர்கள். ஏனென்றால் ஆரம்பத்தில் கொஞ்சம் குழப்பமாகத்தான் இருக்கும்.

தியானம் சரியாக இருந்தால் நமது கடந்தகாலத்திற்குள் செல்ல வேண்டிய அவசியம் இல்லை என்று சொன்னீர்கள்.

என் தியானம் சரியாகப் போகிறதா இல்லை நான் கடந்த காலத்திற்குள் செல்ல வேண்டுமா என்று எனக்குத் தெரிய வில்லை.

நீங்கள் கடந்தகாலத்திற்குள் செல்லவேண்டிய அவசியம் இல்லை. ஆனால் எப்போதும் அதீத விழிப்புணர்வுடன் இருங்கள். விழிப்புணர்வு இல்லாததால்தான் கடந்தகாலத்திற்குள் செல்லும் தேவை ஏற்படுகிறது.

(குழுத் தலைவரிடம்) இதனைப் ப்ரிந்து கொள்ளவேண்டும்.

மேலைநாடுகளில் கடந்தகாலத்திற்குள் சென்று அதனை ஆராய்வது பிரபலமான வழியாக இருக்கிறது. குறிப்பாக ஃப்ராய்டு (Freud) காலத்திற்குப் பின் ஒருவருடைய கடந்த காலத்தை ஆராய்வது. குறிப்பாக அவருடைய நினைவுகளையும் கனவுகளையும் அலசுவது வழக்கமாகிவிட்டது. நமது முதன்மை நோய்நீக்கல் முறையிலும் இந்தக் கடந்தகால ஆராய்ச்சி இருக்கிறது. கடந்தகாலத்தை நம்மிடமிருந்து நீக்க இது ஒன்றுதான் வழி என்று நினைக்கிறோம். ஆனால் இன்னொரு வழி இருக்கிறது. அது கீழை நாடுகளில் பரவலாகப் பின்பற்றப்படுகிறது.

எதை நீங்கள் கடந்தகாலம் என்று நினைத்துக் கொண்டிருக் கிறீர்களோ அது இந்த நிகழ்காலத்தில் இந்தக் கணத்தில் இருக்கிறது. நீங்கள் உங்கள் குழந்தைப் பருவத்தில் நுழைந்தாலும் நிகழ்காலத்தில்தான் இருக்கிறீர்கள். உங்களால் உங்கள் கடந்த காலத்திற்குச் செல்ல முடியாது. கடந்தகால நினைவு நிகழ்காலத்தில் உள்ளதுதானே! நாம் நகரும்போது நமது ஒட்டுமொத்த கடந்தகாலமும் நம்முடன் நகர்கிறது. நம்முடன் வளர்கிறது. நாம் நமது கடந்தகாலத்தை நிகழ்காலம் வழியாக வருங்காலத்திற்குச் சுமந்து செல்கிறோம்.

கிழக்கில் இன்னும் விரைவான, அதிக சக்தி வாய்ந்த வழி ஒன்றைப் பின்பற்றுகிறோம். நிகழ்காலத்தைப் பற்றிய விழிப்புணர்வுடன் இருங்கள். கடந்த காலம் எதிர்காலம் எதற்கும் போக வேண்டாம். இப்போது மனதில் என்ன இருக்கிறதோ அதைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்ளுங்கள் போதும். திடீரென்று பாலம் உடைந்து போகிறது. உங்களுக்குக் கடந்தகாலத்தின்மேல் சுவாரசியம் இல்லாமல் போய்விடுகிறது. அது வேறு யாரோ ஒருவருடைய வாழ்க்கையே

தவிர உங்கள் சுயசரிதையில்லை என்று தோன்றி விடுகிறது. நீங்கள் ஒரு பார்வையாளர் மட்டுமே. பார்வையாளர்களுக்குச் சுயசரிதை கிடையாது. ஆழமான நிலையில் எதுவுமே நடப்பதில்லை. அங்கே நிகழ்வுகளே இல்லை. அது கரைபடியாமல் தூய்மையாகவே எப்போதும் இருக்கிறது.

உங்கள் கடந்தகாலத்திற்குச் சென்று அந்த நினைவுகளை எல்லாம் உங்கள் மனதிலிருந்து அகற்றிவிடலாம். ஆனால் அதைச் செய்து முடிப்பது மிகவும் கடினம். இந்த வாழ்க்கையின் கடந்த காலம் முடிந்தவுடன் மற்றொன்று உடனே ஆரம்பித்துவிடும். அது முடிந்தவுடன் இன்னொன்று. புத்தர் முயற்சி செய்தார். அதற்கு முடிவில்லை என்பதைக் கண்டுபிடித்தார்.

நீங்கள் மனிதர்களாக வாழ்ந்த வாழ்க்கையை ஆராய்ந்து முடிந்தவுடன் விலங்குகளாக, பறவைகளாக மரங்களாக வாழ்ந்த வாழ்க்கையைப் பார்க்கத் தொடங்க வேண்டும். அது போய்க்கொண்டே யிருக்கும். உண்மையில் (முதன்மை நோய்நீக்கல் குழுவைச் சேர்ந்தவரைத் திரும்பிப் பார்க்கிறார் ஓஷோ) முதன்மை நிலையை அடையவே முடியாது. முதன்மை நிலைக்கு வர வேண்டுமென்றால் நாம் இருப்பு நிலையின் தொடக்கத்திற்குச் செல்ல வேண்டும். அது நிச்சயம் நடக்காத காரியம். ஏனென்றால் இருப்புநிலைக்குத் தொடக்கமேயில்லை. அது எப்போதும் இருந்திருக்கிறது. இருக்கும். உங்களால் மொத்தத்தையும் சுத்தமாக்க முடியாது. உங்கள் கடந்த காலத்தில் ஒரு சிறிய புள்ளி அளவு இடத்தை வேண்டுமானால் முயன்று சுத்தம் செய்யலாம்.

உங்களுக்குள் இருக்கும் தூய்மையான இடத்தை உங்களால் அடைய முடியாது என்று தோன்றுகிறதல்லவா?

ஆனால் அதை அடைய முடியும். நேரடியாக அடையமுடியும் அதற்காகக் கடந்தகாலத்தைக் கட்டிக்கொண்டு அழ வேண்டாம். இந்த நிகழ்காலக் கணத்திலிருந்து நேரடியாகக் குதியுங்கள். விழிப்போடு இருங்கள். எல்லாமே மேம்போக்கானவை என்று தெரியும். நீரின் மேற்பரப்பில் உண்டாகும் சிற்றலைதான் இந்த உலக நிகழ்வுகள் என்று புரியும். அதன்பின் எதையும் பொருட்படுத்த மாட்டீர்கள். உங்களுக்கும் உங்கள் நிகழ்வுகளுக்கும் பெரிய இடைவெளி வந்துவிடும்.

கடந்த காலத்தை அறிய ஆராய முயற்சித்துப் பார்க்கலாம். ஆனால் நீங்கள் அதைச் செய்யத் தேவையில்லை. இன்னும் அதிகமான விழிப்புணர்வோடு இருங்கள். மகிழ்ச்சியாக இருங்கள். எதையும் சுமையாக எடுத்துக் கொள்ளாமல் லேசாக இருங்கள். போதும்.

என் இதயக்கதவுகள் திறந்து கொள்வதை என்னால் உணர முடிகிறது. இந்தக் குழுவில் என்ன நடந்தது என்று எனக்குச் சரியாகச் சொல்லத் தெரியவில்லை. ஆனால் என்னால் அதை உணர முடிகிறது

நல்லது. சில விஷயங்களை உங்களால் உணரத்தான் முடியும். சொல்ல முடியாது. ஆனால் அவை உண்மையானவை. உங்களால் விவரிக்க முடிந்தவை எல்லாமே கால் காசு பெறாத விஷயங்கள். ஓர் உண்மையான மாற்றம் நிகழும் போது அதை உங்களால் விவரிக்க முடியாது. அதை உணரத்தான் முடியும். அந்த உணர்வு உங்கள் மொத்த இருப்புநிலையையும் ஊடுருவிச் செல்லும்.

இதயத்திலிருந்து வாழுங்கள். இதயக்கதவுகள் திறக்கும்போது கிடைக்கும் வாய்ப்பை நழுவவிடாதீர்கள். ஏனென்றால் தெய்விகத்திற்கான கதவும் அப்போதுதான் திறக்கும். அதனைப் பிடித்துக் கொள்ளுங்கள். ருசித்துப் பாருங்கள். அது உங்கள் வாழ்க்கையின் பகுதியாக ஆகட்டும்.

இன்னும் அதிகமாக உணருங்கள். இதுவரை உங்கள் இதயம் மூடியே இருந்திருக்கிறது. இப்போதுதான் சிறிது திறந்திருக்கிறது. அதை இன்னும் நன்றாகத் திறந்து வையுங்கள். இல்லாவிட்டால் நீங்கள் மீண்டும் மீண்டும் பழைய வழிகளிலேயே விழுந்துவிடுவீர்கள். இதயம் மீண்டும் மூடிக்கொள்ளும். அதன்பின் திறந்து கொண்டதே ஒரு நினைவாகப் போய்விடும். அப்புறம் அதுவும் மறந்து போய் விடும்.

இப்போது இதயம் லேசாகத் திறந்திருப்பது உண்மை. ஆனால் அதை இன்னும் அழுத்தமான உண்மையாக்குங்கள். உணர்வுகளைத் தூண்டும் சூழ்நிலைகளை நன்றாகப் பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். பறவைகளின் பாடலைக் கேட்பது. வானத்தைப்

பார்த்துப் பாடுவது, ஒன்றும் பேசாமல் அமர்ந்திருப்பது – இதையெல்லாம் அதிகமாகப் பயன்படுத்தினால் இதய மலரின் எல்லா இதழ்களும் நன்றாகத் திறந்து கொள்ளும்.

இந்தக் குழுக்கள் எல்லாம் முடிந்தவுடன் சில நாட்களுக்கு நீங்கள் மிகவும் மென்மையாக இருப்பீர்கள். அந்த மென்மையைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளாவிட்டால் இதயக்கதவுகள் மீண்டும் மூடிக்கொள்ளும். மீண்டும் பழைய வழிகளுக்குச் சென்று விடுவீர்கள்.

இந்தக் குழுவிடம் 'எனக்கு ஒரு பிரம்மாண்டமான மாற்றம் தேவை' என்று சொன்னேன். அதனால் அவர்கள் ஓர் அமைப்பை உருவாக்கினார்கள். என்னை செத்தது போல் படுக்கச் சொன்னார்கள். என்னை ஒரு போர்வையால் மூடி வைத்தார்கள். "இப்போது அவன் உண்மையிலேயே செத்துவிட்டான். அவன் உடலைப் பாருங்கள் எப்படி சில்லிட்டுப் போயிருக்கிறது!" என்று பேசிக் கொண்டார்கள்.

ஆனால் நான் இறந்ததாக உணரவில்லை. அவர்கள் பேசுவது உண்மையில்லை என்று எனக்குத் தெரியும்.

நீங்கள் நிஜமாகவே சாகும்போதும் இதுதான் நடக்கப் போகிறது. அதுவும் ஒரு பொய்ச் சாவுதான். ஏனென்றால் யாருமே உண்மையில் இறப்பதில்லை. இது ஒரு நல்ல உள்ளுணர்வு. நீங்கள் சாகும்போது அதுவும் இந்த "ஓம்" குழுவில் நிகழ்ந்த பாவலா மரணம் போன்றதுதான். மரணம் என்பதே ஒரு நாடகம்தான். உண்மையான சாவே உண்மையில்லை என்னும்போது இந்த நடிப்புச் சாவு எப்படி உண்மையாகும்? உங்களுக்கு ஓர் உள்ளுணர்வைக் கொடுப்பதற்குத்தான் அப்படிச் செய்தார்கள். அது நன்றாகப் பலன் கொடுத்திருக்கிறது.

யாருமே சாவதில்லை. சாவு என்பது நீங்களும் மற்றவர்களும் வைத்திருக்கும் ஒரு நம்பிக்கை மட்டுமே. மரணம் என்பது வெளியில்தான். அது எப்போதுமே உங்களுக்கு நிகழ்வதில்லை.

ஒன்று செய்யுங்கள்..

தினமும் இரவு உறங்குவதற்குமுன் நீங்கள் செத்துவிட்டதாக நினைத்து அசையாமல் படுத்திருங்கள். உங்கள் குழுவினர்

உங்களைச் சுற்றி நின்றுகொண்டு நீங்கள் உண்மையிலேயே செத்தால் என்ன பேசுவார்களோ அதைப் பேசுகிறார்கள் என்று நினைத்துக் கொள்ளுங்கள். ஆனால் உங்களுக்கு நீங்கள் இன்னும் சாகவில்லை என்று நன்றாகத் தெரியும். ஆனல் செத்துவிட்டதாகத் தொடர்ந்து கற்பனை செய்துகொண்டே இருங்கள். அதே நினைவில் உறங்கச் செல்லுங்கள்.

போகப் போக உங்களுக்கு ஒரு விழிப்புணர்வு வரும். நீங்கள் செத்ததாக நினைத்துக் கொண்டிருக்கும் நேரத்தில் உங்களுக்குள் இருக்கும் ஏதோ ஒன்று - உங்கள் உடல் அல்லது மனம் அல்லது இரண்டும் - உங்கள்மேல் உள்ள ஆதிக்கத்தை இழக்கத் தொடங்கும். ஆனால் உங்கள் விழிப்புநிலை அதீதமாக இருக்கும். நீங்கள் சிரஞ்சீவியாகிவிட்டதாகவே உணர்வீர்கள்.

இது ஒரு பழைய வகையான தியானம். புத்தர் தன் சீடர்களை இந்துக்களின் சுடுகாடுகளுக்கு அனுப்புவார். பிணங்கள் எரிவதைப் பார்க்கச் சொல்வார்., ஒவ்வொரு சீடனும் சுடுகாட்டில் குறைந்த பட்சம் மூன்று மாதங்களாவது இருக்க வேண்டும். எத்தனையோ பேர் பிணங்களை எரிக்க வருவார்கள். அதை அந்தச் சீடர்கள் பார்க்க வேண்டும். பிணம் எரிகின்ற போது 'எரிவது என் உடல்தான். நெருப்பின் நடுவே இருப்பது என் உடல்தான்' என்று தொடர்ந்து தியானம் செய்யவேண்டும் என்றும் சொல்வார்.

ஒருநாள் திடீரென்று சீடனுக்கு உண்மை விளங்கும். உடனே அவன் விழுந்து விழுந்து சிரிக்கத் தொடங்குவான். மரணம் உடலுக்குத்தானேயொழிய வேறு எதற்கும் இல்லை என்று அவனுக்குப் புரிந்துவிடும்.

அடுத்து ஒரு பெண் ஓஷோவிடம் வருகிறாள். முன்னர் ஒரு நாள் தன்னால் மாறமுடியவில்லை என்று அந்தப் பெண் கேட்டபோது ஓஷோ அவளுக்கு அறிவுரை வழங்கி யிருக்கிறார்

'நீங்கள் நீங்களாகவே இருங்கள். உங்களுக்கு மாற விருப்பமில்லையா? அப்படியே இருங்கள். ஆனால் இங்கு நடக்கும் எல்லாக் குழுக்களிலும் பங்கு கொள்ளுங்கள்.

எதுவும் பேச வேண்டாம். ஓர் ஓரமாக உட்கார்ந்து வேடிக்கை பார்த்தாலும் போதும்.;

இப்போது அந்தப் பெண் பேசுகிறாள்.

"நான் குழுவில் ஒரு நல்ல உறுப்பினராக இல்லை. எனக்குக் களைப்பாக இருந்தது. எனக்கு இதிலெல்லாம் நாட்டம் இல்லை. குழுவினர் என் மனப்பாங்கைப் பற்றி வெளிப்படையாகக் கேட்டதும் எனக்குக் குற்ற உணர்வு தோன்றியது.

இல்லை, குழுவினருக்குத் தொல்லை கொடுக்க வேண்டும் என்பதற்காகத்தான் உங்களை அனுப்பி வைத்தேன். நீங்கள் உங்கள் வேலையை நன்றாகச் செய்தீர்கள். இப்போது பாருங்கள் குழுத் தலைவர்கள் எல்லாம் உங்களைக் கண்டு பயப்படுகிறார்கள். (குழுவினர் சிரிக்கிறார்கள்) தொல்லை கொடுப்பவர் என்று ஒருவர் வேண்டும். இல்லாவிட்டால் குழுத்தலைவர் பணி மிகவும் சுலபமாகிவிடும். அதனால் நீங்கள் நீங்களாகவே இருங்கள் சரி இப்போது எந்தக் குழுவை மாட்டிவிடப் போகிறீர்கள்? (குழுவினர் இன்னும் அதிகமாகச் சிரிக்கிறார்கள்)

அந்தப் பெண் கையில் உள்ள விரல்களை மடக்கி எண்ணுகிறாள். அங்கே இருக்கும் எல்லாக் குழுக்களிலும் அவள் இருந்திருக்கிறாள்-விபாசனாவைத் தவிர.

சில நாட்கள் ஓய்வெடுத்துக்கொண்டு விபாசனா குழுவில் சேருங்கள். ஆனால் யாரையும் தோற்கடிக்க வேண்டும் என்ற எண்ணத்தில் செயல்படாதீர்கள். அங்கு தோற்கடிக்க யாருமே இல்லை. விபாசனா குழுவிற்குத் தலைவன் கிடையாது. வேறு உறுப்பினர்களும் கிடையாது. இந்தக் குழு நிச்சயமாக வெற்றி பெறும். ஏனென்றால் இந்தக் குழுவில் நீங்கள் மட்டுமே இருப்பீர்கள். யாரையாவது தோற்கடிக்க நினைத்தால் நீங்கள்தான் தோல்வியுறுவீர்கள்.

இது வேண்டுமா வேண்டாமா என்பதை நீங்கள்தான் முடிவு செய்ய வேண்டும். இது உங்களுக்கு ஏற்றதாக இருக்கும். இங்கே யாரும் உங்களை எதுவும் செய்யச் சொல்லி வற்புறுத்த மாட்டார்கள்.

உங்களிடமிருந்து எதையும் வெளிக்கொணரவும் முயற்சிகள் இருக்காது. அமைதியாக அமர்ந்து உங்களுக்குள்ளே இன்னும் ஆழமாகப் போக வேண்டும்..

இதில் தவறு ஒன்றும் இல்லை. எல்லாக் குழுக்களும் உங்களுக்கு உதவி செய்திருக்கின்றன. உங்களுக்குள் என்ன இருக்கிறது என்பது பற்றிய ஒரு நல்ல விழிப்புணர்வு உங்களுக்கு ஏற்பட்டிருக்கிறது. உங்கள் அகந்தை, சண்டை போடும் குணம், எதிர்ப்பு ஒத்துழையாமை எல்லாமே வெளியே வந்திருக்கிறது. நீங்கள் மட்டும் மாறத் தொடங்கினால் உலகமே உங்களைக் கொண்டாடும். எதைப் பற்றக் கூடாதோ அதை இறுக்கமாகப் பற்றித் தொங்கிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். இதுதான் மனிதனின் இயற்கை. உங்களைப் போல் பலர் இருக்கிறார்கள். இது குறித்த குற்ற உணர்வு வேண்டாம்.

என்னைப் பொறுத்தமட்டில் நீங்கள் நிறைய உதவி செய்திருக்கிறீர்கள். பின்னால் ஒரு நாள் நீங்கள் மாறினாலும் நான் சில குழுக்களை உங்களிடம் அனுப்பிவைக்கிறேன். - பிரச்சினைகளை உருவாக்குவதற்காக.

அங்கே நீங்கள் என் பிரதிநிதியாக இருப்பீர்கள்.

குழுவில் இருந்தது எனக்கு ஒரு வித்தியாசமான அனுபவம். என் வளர்ச்சிக்கு நான் விதித்த நிபந்தனைகளை உணரும் வாய்ப்பு கிடைத்தது. என்னுள் நிறைய குப்பை இருக்கிறது என்று குழுத்தலைவர் சொல்கிறார். ஆனால் எனக்கு அப்படி எதுவும் இருப்பதாகத் தெரியவில்லையே

மனமே ஒரு குப்பைதான். உங்களிடம் மட்டும்தான் குப்பை இருக்கிறது, மற்றவர்கள் சுத்தமாக இருக்கிறார்கள் என்று எண்ணாதீர்கள். ஒவ்வொருவரிடமும் மனம் இருக்கிறது. அதுதான் இருப்பதிலேயே மோசமான குப்பை. உள்ளே இருக்கும் குப்பையை வெளியே கொண்டு வரத் தொடங்கினால் அதைக் காலம் முழுவதும் செய்துகொண்டேயிருக்கலாம். அதற்கு முடிவேயில்லை. அந்தக் குப்பை தன்னைத் தானே உற்பத்தி செய்துகொள்ளும். அது செத்த குப்பையில்லை. அதற்கு உயிர் இருக்கிறது. அது இயங்குகிறது.

அது வளரவும் செய்கிறது. அதனை வெட்டினாலும் மீண்டும் இலைகள் துளிர்விடத் தொடங்கும்.

அதை வெளியே கொண்டுவருவதால் நீங்கள் காலியாகிவிட மாட்டீர்கள். இதுவரை நீங்கள் உங்கள் மனதைத்தான் நீங்கள் என்று நினைத்து வந்திருக்கிறீர்கள். உங்கள் மனதுடன் உங்களை ஐக்கியப்படுத்திக் கொண்டிருந்தீர்கள். அது தவறு என்பது புரியும்.

மனதின் குப்பைகளை வெளியே கொண்டுவந்து கொட்டும்போதுதான் நீங்கள் வேறு உங்கள் மனம் வேறு என்பது உங்களுக்குத் தெரியும். குப்பை இருக்கத்தான் இருக்கும். ஆனால் உங்களுடையதாக இருக்காது. நீங்கள் அதிலிருந்து விலகித் தனியாக இருப்பீர்கள்.

அடுத்த ஏழு நாட்களுக்கு நீங்கள் செய்ய வேண்டியது இதுதான். குப்பையுடன் போராடாதீர்கள். அதை மாற்ற முயற்சிக்காதீர்கள். அதைக் கவனியுங்கள் போதும். ஒன்றை மட்டும் நன்றாக நினைவில் கொள்ளுங்கள். 'நான் அது இல்லை'. இதை ஒரு மந்திரமாகவே ஜபம் செய்யுங்கள். விழிப்புணர்வுடன் இருங்கள். என்ன நடக்கிறது என்று வேடிக்கை பாருங்கள்.

உடனே மாற்றம் தெரியும். குப்பை இருக்கும். ஆனால் அது உங்களில் ஒரு பகுதியாக இருக்காது. அந்த நினைப்பே குப்பையைத் துறக்கச் செய்துவிடும்.

நான் குழுவில் முழுமையாக இல்லை. திடீரென்று "எனக்கு இது போதும்" என்று தோன்றிவிட்டது. எனக்குச் சில பழக்கங்கள் இருக்கின்றன. அவற்றை எப்படி மாற்றுவது என்று எனக்குத் தெரியவில்லை.

எதையும் மாற்றத் தேவையில்லை. விழிப்புணர்வு இருந்தால் எல்லாம் தன்னால் மாறிவிடும். நீங்கள் எந்தத் தவறும் செய்யவில்லையே! உங்கள் உள்ளுணர்வு "போதும்" என்று சொன்னால் அதற்கு மேல் போகாமல் நிறுத்திவிடவேண்டியதுதான்.

உங்கள் உள்ளே எழும் குரலைக் கேளுங்கள். அது உங்களைத் தவறான பாதையில் அழைத்துச் சென்றாலும் நீங்கள் வழிதவறக் காரணமாக இருந்தாலும் அதைக் கேட்டுத்தான் ஆக

வேண்டும். உள்ளே கேட்கும் குரலைப் புரிந்துகொண்டு செயல்பட ஒவ்வொருவரும் பழகிக் கொள்ள வேண்டும். அதைப் புரிந்து கொள்வதில் சில தவறுகள் நேரலாம். ஆனால் போகப் போக எல்லாம் சரியாகிவிடும். அதனால் எப்போதும் உங்கள் உள்ளிருந்து வரும் குரலைக் கேளுங்கள்.

நான் குழந்தையாக இருந்த போதிலிருந்தே பெரியவர்கள் என்னைக் கண்டித்துக் கொண்டேயிருக்கிறார்கள். நான் செய் வதெல்லாம் தவறு என்று சதா சொல்லிக்கொண்டேயிருக் கிறார்கள்.

ஆமாம். பெரியவர்களுக்கு அந்தக் கெட்ட பழக்கம் இருக்கிறது. (சிரிப்பு). அடுத்தவர்களைக் கண்டிப்பதை அனுபவித்துச் செய்கிறார்கள். கவலைப்படாதீர்கள். அப்படிச் செய்பவர்கள் உண்மையிலேயே பெரியவர்கள் இல்லை. அவர்கள் இன்னும் வளரவில்லை. குழந் தைகளாகவே இருக்கிறார்கள். அவர்கள் குழந்தையாக இருந்தபோது அவர்களுடைய பெரியவர்கள் இதே தப்பைத்தான் செய்தார்கள். அதையே இப்போது உங்களிடம் திருப்புகிறார்கள்.

இப்படித்தான் மன நோய்கள் பல நூற்றாண்டுகளாக மனித இனத்தைப் பீடித்துக் கொண்டிருக்கின்றன. நீங்களாவது அதைவிட்டு வெளியே வாருங்கள். நீங்கள் யாரையும் கண்டிக்காதீர்கள். குழந்தைகள் செய்வது முழுத் தவறாக இருந்தபோதிலும் கண்டிப்பு வேண்டாம். கண்டித்தலும் வெறுத்து ஒதுக்குதலும் அந்தக் குழந்தைகள் செய்யும் தவறைவிடக் கொடுமையானது. யாரையுமே கண்டிக்காதீர்கள். சமய உணர்வு உள்ளவனின் தன்மை அதுதான். அவன் அனைத்தையும் ஏற்றுக் கொள்கிறான். எதனோடும் குறுக்கிடுவதில்லை.

அந்தக் குழுவில் உதவியாளராக இருந்தவர் வருகிறார்.

எனக்கு மிகப்பெரிய அகந்தை இருக்கிறது என்பதைக் குழுவில் இருக்கும்போது உணர்ந்தேன். அது ஆரோக்கியமானது அல்ல என்று எனக்குத் தெரியும். நான் என் குழுவினருக்கு உதவி செய்ததைவிட இடைஞ்சல் செய்ததுதான் அதிகம் என்று தோன்றுகிறது. அதிக இழப்பை விளைவித்துவிட் டேனோ...

ஆமாம் அகந்தை இழப்பைத் தரும். அது உங்களையும் சேதப்படுத்தும் மற்றவர்களையும் சேதப்படுத்தும்.. அது விஷம். என்றாலும் நீங்கள் அதை முற்றிலும் உணர்ந்ததாகத் தெரியவில்லையே? அகந்தையின் விளையாட்டுகள் உங்களைச் சலிப்படைய வைத்ததாகத் தெரியவில்லையே.

வாயாக வார்த்தையாகச் சொல்கிறீர்கள். அவ்வளவுதான். உங்கள் அகந்தையை இன்னும் போஷாக்கு ஊட்டி வளர்த்துக் கொண்டுதான் இருக்கிறீர்கள். சொல்லப்போனால் அது போய்விட்டால் உங்களுக்குள் ஒரு வெறுமை வந்துவிடுமோ என்றுகூட அஞ்சுகிறீர்கள். அதனால் அதனைப் போற்றிப் பாதுகாத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள்.

நம் வேதனைகள்கூட புகை பிடிப்பது போல் ஒரு கெட்ட பழக்கமாகிவிடும். நாம் வெறுமை நிலையைவிட வேதனையை அதிகம் விரும்பத் தொடங்கிவிடுவோம். முகம் தெரியாத மனிதனாக இருப்பதற்குப் பதிலாக உலகத்திலேயே வேதனையான மனிதனாக இருப்பதையே விரும்புவோம்.

இது வடிகட்டிய முட்டாள்தனம். ஆனால் அகந்தை என்பதே முட்டாள்தனம்தானே இங்கே நான் உங்கள் அகந்தையைக் குறிப்பிட்டுச் சொல்லவில்லை. அகந்தையின் குணத்தைப் பொதுவாகச் சொன்னேன். அகந்தையின் முட்டாள்தனத்தை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். அந்தப் புரிதலை வம்படியாக நமக்குள் திணித்துக் கொள்ள முடியாது. அந்தப் புரிதலை வாழ்ந்து பார்க்க வேண்டும். அதில் இன்னும் வேதனை அதிகம் இருக்கலாம். ஆனால் போகப் போக அகந்தையின் ஆட்டம் அடங்கிவிடும்.

துன்பத்தைவிடச் சிறந்த ஆசிரியர் எதுவும் இல்லை. நீங்கள் ஏற்கனவே துன்பப்பட்டுவிட்டீர்கள். இன்னும் துன்பப்பட்டுக்கொண்டு இருக்கிறீர்கள். என்றாலும் அதை மறைத்துவைத்துக் கொண்டிருக் கிறீர்கள். புரிந்துணர்வு இன்னும் மலரவில்லை.

இந்த ஓம் குழுவினரின் தலைவருக்கு உதவியாக இருந்த பெண்ணிடம் ஓஷோ பேசுகிறார். குழுவின் இப்போதைய தலைவர் ஐரோப்பாவிற்குச் சென்றவுடன் இந்தப் பெண்தான் குழுவைத் தலைமை தாங்கி நடத்தப் போகிறாள்.

இந்தக் குழுவில் எனக்கு ஒரு வித்தியாசமான விழிப்புணர்வு கிடைத்தது. பல விஷயங்களிலிருந்து நான் தப்பி ஓடப் பார்க்கிறேன். எதையுமே முழுமையாக செய்து முடித்துவிட முடியும் என்று எனக்குத் தோன்றவில்லை. என்னுள்ளே பல தடைக்கற்கள் இருக்கின்றன என்பதை உணர்ந்தேன். அவற்றில் ஒன்றினைக்கூடத் தொட்டிருக்கக் கூடாது. இப்போது பாருங்கள் நான் நூறு தடைக்கற்களுடன் போராடிக் கொண்டிருக்கிறேன்.

இல்லை. கவலைப்பட எதுவும் இல்லை. இதை ஒரு பிரச்சினையாக்கிவிடாதீர்கள். இதை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள், இதுதான் உங்கள் வழி. நீங்கள் இப்படித்தான் இருப்பீர்கள். உள்ளதை உள்ளபடி ஏற்றுக் கொள்வதுதான் பக்குவம்.

நீங்கள் இப்படியெல்லாம் இருக்கக்கூடாது என்று ஒரு லட்சியத்தை உருவாக்கிக் கொள்ளாதீர்கள். நான் தப்பியோடக் கூடாது. ஆரம்பித்ததை முடிக்க வேண்டும் என்று உங்களுக்கு நீங்களே கட்டுப்பாடுகளை விதித்துக் கொள்ளாதீர்கள். இயல்பாக இருங்கள். அதுவே நல்லது. இப்படி இருக்கவேண்டும் என்று வற்புறுத்திச் செய்வது எதுவுமே நல்லதில்லை. அது உங்கள் இயல்பை உள்ளே அமுக்கி வைத்துவிடும். தப்பியோட வேண்டும் என்று விரும்பினால் தப்பி ஓடுங்கள். யார் உங்களைத் தடுக்கப் போகிறார்கள்? அந்த எண்ணம் இருக்கும்போது உங்களை வற்புறுத்திக் கொண்டு உள்ளே அமர்ந்திருப்பது மாபெரும் தவறு.

எல்லாரும் இயல்பான ஆர்வத்துடன் தன்னிச்சையாகச் செயல்பட வேண்டும். குழு நடைபெறும்போது பின்வாங்க வேண்டும் என்று தோன்றினால் பின்வாங்குங்கள். யாருடனாவது இருக்க விரும்பினால் அப்படியே செய்யுங்கள். எதையாவது பாதிதான் செய்ய வேண்டும் என்று தோன்றுகிறதா? அப்படியே செய்யுங்கள். அதை முடிக்க வேண்டும் என்ற அவசரம் இல்லை.

அதில் எந்தத் தவறும் இல்லை. அனைத்தையும் முழுமையாகச் செய்ய வேண்டும் என்பது உங்கள் மனதில் இருக்கும் ஓர் எண்ணம்தான். அந்த எண்ணம்தான் உங்கள் பிரச்சினைக்கு மூலகாரணம்.

நாம் முதலில் நம்மையே ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும். நம்மை நாமே நேசிக்க வேண்டும். எந்தக் காலத்திலும் நீங்கள் நீங்களாகத்தான் இருக்க முடியும். வேறு யாராகவும் இருக்க முடியாது. உங்களை நீங்களே ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். இல்லாவிட்டால் வேதனைதான் மிஞ்சும்.

இப்படி இருக்க வேண்டும் அப்படி இருக்கக் கூடாது போன்ற இலக்குகளும் லட்சியங்களும் ஆபத்தானவை. அவை தேவையில்லை. உங்களுக்கு என்ன செய்யப் பிடித்திருக்கிறதோ அதைச் செய்யுங்கள். செய்வதை அனுபவித்துச் செய்யுங்கள். செய்தது போதும் என்று தோன்றினால் உடனே வெளியேறிவிடுங்கள். அதற்காக எந்தக் குற்ற உணர்வும் வேண்டாம். அப்படித் தன்னிச்சையாகச் செயல் பட்டால்தான் நீங்கள் சுத்தமாக, தூய்மையாக இருக்க முடியும்.

என்னிடம் ஏராளமான குற்ற உணர்வு இருக்கிறது.

இருக்கட்டுமே. அதை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். "குற்ற உணர்வே இருக்கக் கூடாது" என்று ஒரு நிபந்தனையை உங்கள் மேல் திணித்துக் கொள்ளாதீர்கள். அப்பறம் குற்ற உணர்வு தோன்றும்போது ஐயோ இப்படி வந்துவிட்டதே என்று அதற்கும் ஒரு குற்ற உணர்வு வரும்.

நீங்கள் என்னவாக இருந்தாலும் சரி எப்படி இருந்தாலும் சரி அதை அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள். அப்படி நீங்கள் இருக்க வேண்டும் என்பது இறைவனின் விருப்பம். இருப்புநிலையின் விருப்பம். இல்லாவிட்டால் உங்களை ஏன் படைக்க வேண்டும். இன்னொரு வீரேஷை (அந்தக் குழுவின் தலைவர்) படைத்திருக்கலாமே!

கவலைப்படாதீர்கள்.

நான் இந்தியாவிலேயே அதிக காலம் தங்கிவிட்டதால் என் மனைவியிடமிருந்து கடிதங்கள் வந்து கொண்டிருக்கின்றன. இப்போதெல்லாம் கடிதங்களில் கோரிக்கைகள் மிக அதிகமாக இருக்கின்றன. முதலில் எனக்குக் குற்ற உணர்வு இருந்தது. ஆனால் இப்போது இல்லை. இன்னும் சிறிது காலம் நான் இல்லாமல் சமாளித்துவிடுவாள் என்றுதான் தோன்றுகிறது.

குற்ற உணர்வு வராதது ஒருவகையில் நல்லது. குற்ற உணர்வில் தூண்டப்பட்டு நீங்கள் ஏதாவது செய்தால் -அதன் காரணமாக அவளுக்காக நீங்கள் பொறுப்புகளை எடுத்துக் கொண்டால் - இறுதியில் அவளை எப்படிப் பழி வாங்கலாம் என்று சிந்திக்க ஆரம்பித்துவிடுவீர்கள்.

அவள் தனியாகச் சமாளித்துவிடுவாளா இல்லையா என்பதல்ல கேள்வி. உங்களுக்குக் குற்ற உணர்வு இருக்கக் கூடாது. அவள் தனியாகச் சமாளித்துக் கொள்வாள் என்ற சால்ஜாப்பு உங்களுக்கு குற்ற உணர்வு வராமல் இருக்க உங்கள் மனம் செய்யும் உத்தியாகவும் இருக்கலாம்.

குற்ற உணர்வு வேண்டாம். அதனை நீக்க எந்த சமாதானத்தையும் தேடாதீர்கள். குற்ற உணர்வு இல்லாத நிலையை நன்றாக அனுபவியுங்கள். அந்த அனுபவத்தில் திளைத்து இருக்கும்போது சில பொறுப்புகளை ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்று தோன்றினால் அது ஓர் அழகு. அந்த நிலையில் இருக்கும்போது நீங்கள் அவளுக்குத் தேவைப்படுகிறீர்கள் என்று நினைத்தால் அது ஓர் அழகு. அவளுக்கு நீங்கள் தேவைப்பட மாட்டீர்கள் என்று நினைத்தால் அதுவும் ஓர் அழகுதான். அதில் எந்தத் தவறும் இல்லை.

குற்ற உணர்வினால் தூண்டப்பட்டுப் பொறுப்புகளை எடுத்துக் கொள்ளாதீர்கள். அப்படிச் செய்தால் அவை அசிங்கமாக இருக்கும் உங்களைச் சிறைப்படுத்தவும் செய்யும். குற்ற உணர்வு கொஞ்சம் கூட இல்லாத நிலையில் பொறுப்பு என்பது ஒரு விதமான பகிர்ந்து கொள்ளுதலாகப் பரிமளிக்கும். அதன் அழகே தனி.

○

இருபத்து ஒன்பதாம் நாள்

சம்சாரம் என்பது வீணை

என் மனம் என்னைப் பைத்தியக்காரனாக்கிக் கொண்டிருக்கிறது. என் மனதின் செயல்பாடுகளை நான் சற்று விலகி நின்று பார்த்துக் கொண்டிருப்பதாக உணர்கிறேன்.

அப்படியே இருங்கள். எதையும் செய்ய முற்படாதீர்கள். இந்த நிலையில் உங்கள் செயல்களில் ஆழம் இருக்காது.

அப்படியே நீங்கள் ஏதாவது செய்தாலும் அது ஒரு தாற்காலிக ஏற்பாடாகத்தான் இருக்கும். மனிதனால் செய்ய முடிந்ததெல்லாம் மேலோட்டமாகவே இருக்கும். நுனிப்புல் மேய்வதாகவே இருக்கும்.

ஒரு பிரச்சினை தோன்றுகிறது. நீங்கள் ஏதோ செய்கிறீர்கள். அந்த நேரத்துக்குப் பிரச்சினை போய்விடுகிறது. ஆனால் வேறு ஒரு வழியில் வேறு ஒரு வடிவத்தில் அதே பிரச்சினை மீண்டும் வரத்தான் செய்யும்.

இப்படியா அப்படியா என்று தெரியாமல் அந்த நேரத்தில் பிரச்சினையை அவசரமாகத் தீர்க்க வேண்டும் என்பதற்காக எதையோ செய்கிறீர்கள். அதனால் பிரச்சினை தீர்ந்துவிடாது. வேறு எங்கேயாவது வெடித்துக் கிளம்பத்தான் செய்யும். இது ஒரு தொடர்கதையாக நடந்து கொண்டேயிருக்கும். பிரச்சினைகள் மாறலாம் ஆனால் பிரச்சினை என்பது இருந்துகொண்டேதான் இருக்கும்.

பிரச்சினை மிச்சம் மீதியில்லாமல் தீர வேண்டும் என்பதுதான் அடிப்படையான விஷயம். நீங்கள் எதுவும் செய்யாமல் இருந்தால்தான் அது நடக்கும். ஒரு பிரச்சினையை சாட்சிபாவத்துடன் பார்த்துக் கொண்டேயிருக்கும்போது உங்களுக்கும் பிரச்சினைக்கும் இருக்கும்

தூரம் பெரிதாகிக்கொண்டே போகிறது. ஒரு நாள் அது மிக நீண்ட தூரமாகிவிடுகிறது. அந்த நிலையில் பிரச்சினையே உங்களுடையது இல்லை என்று ஆகிவிடும். தூரம்தான் தேவை. . சாட்சி பாவத்துடன் செயல்பட்டால்தான் அது சாத்தியமாகும்..

மற்றபடி மனிதன் செய்வதெல்லாம் தோல்வியிலேயே முடியும்.

உதாரணமாக, உங்கள் மனதில் சந்தேகம் இருக்கிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். இப்படியா அப்படியா என்று முடிவு செய்ய முடியாத நிலையில் இருக்கிறீர்கள். அந்த நிலையில் ஒரு முடிவு எடுக்கிறீர்கள். தீர்மானமில்லாத ஒரு நிலையிலிருந்து தீர்மானம் எப்படிப் பிறக்க முடியும்? மேலோட்டமாக 'ஆம் நான் ஒரு தீர்க்கமான முடிவெடுத்துவிட்டேன்' என்று நீங்கள் மார்தட்டிக் கொள்ளலாம். ஆனால் மனதின் ஆழத்தில் தீர்மானமின்மை வலுவாக இருக்கும். இரண்டுக்கும் இடையில் ஒரு மெல்லிய படலம்தான் இருக்கும் அந்த மெல்லிய படலம் எந்த நேரத்திலும் கிழிக்கப்படலாம்.

உங்கள் செய்கையால் எந்தப் பிரச்சினையையும் தீர்க்க முடியாது, என்பதைக் கீழைநாடுகள் முக்கியமான தத்துவமாகக் கொண்டுள்ளன. இன்னும் சொல்லப் போனால் உங்கள் செய்கை களால்தான் பிரச்சினைகளே உருவாகுகின்றன. ஒரு மனிதன் எதுவும் செய்யாமல் தூய இருப்புநிலையில் 'சும்மா' இருந்தால் எந்தப் பிரச்சினையும் இருக்காது. சாட்சி பாவத்தில் பிரச்சினைகளே இல்லை. செயலில் ஈடுபட்டவனின் உணர்வு நிலையில்தான் பிரச்சினைகள் இருக்கின்றன. நாம் கொடுக்கும் முக்கியத்துவத்தை செய்தல் என்ற நிலையிலிருந்து இருத்தல் என்ற நிலைக்கு மாற்றினால் போதும்.

நடப்பதை வேடிக்கை பாருங்கள். மனதின் விளையாட்டுக்களைத் தனியாக அமர்ந்து வேடிக்கை பாருங்கள். ஒரு நாள் திடீரென்று சரியான தூரம் விலகிச் சென்றவுடன் உங்கள் பார்வை தெளிவாகும். அப்போது பிரச்சினைகள் எல்லாம் மறைந்துவிடும். இது தானாகவே நடக்கும் செயல்பாடு. இதில் உங்கள் முயற்சி எதுவும் இல்லை.

அந்த நிலையில் நீங்கள் ஓர் உலகத்தில் இருப்பீர்கள். உங்கள் பிரச்சினைகள் வேறு ஓர் உலகத்தில் இருக்கும். இந்த இரண்டு

உலகங்களையும் இணைக்கும் பாலம் இருக்காது. அந்த நிலையில் எப்படி இந்த இரண்டு உலகங்களும் முன்னால் இணைந்திருந்தன என்று ஆச்சரியப்படுவீர்கள். ஏன் இதைப் பற்றிக் கவலைப்பட்டோம் என்று உங்களுக்கே வெட்கமாக இருக்கும். பிரச்சினைகள் வேறு ஏதோ ஓர் உலகத்தில் வேறு யாருக்கோ இருக்கிறது. அவை உங்கள்மேல் ஒரு சிறிய நகக்குறியைக்கூட விட்டுச் செல்லவில்லை என்பதை உணர்வீர்கள். இந்த உணர்வுதான் உங்கள் பிரச்சினைகளைத் தீர்த்து வைக்கும் ரகசியத்தின் சாவி. அதனால் பிரச்சினை தோன்றும்போது அதைக் கூர்ந்து க்வனியுங்கள்.

மேலை நாட்டில் வளர்ந்தவர்களுக்கு இது கொஞ்சம் கடினமான வேலைதான். ஏனென்றால் மேலை நாட்டு மனம் எதையும் பகுத்து ஆராய்ந்து பார்க்க வேண்டும் என்ற துடிப்பில் இருக்கும். சாட்சிபாவத்துடன் பார்ப்பது ஒரு பரிமாணம் என்றால், பகுத்தாராய்வது முற்றிலும் வேறுபட்ட மற்றொரு பரிமாணம். மேலைநாட்டு மனம் அந்தப் பிரச்சினையை அக்கு வேறு ஆணி வேறாய்ப் பிரித்துப் போட்டு அதன் மூலகாரணத்தைத் தேடுகிறது. இந்தக் காரணம்-தேடுதலுக்கு ஒரு முடிவேயில்லை. பிரச்சினையின் காரணத்தைக் கண்டுபிடித்தபின் அந்தக் காரணத்தின் காரணத்தைக் கண்டுபிடிக்க வேண்டும். இப்படியே இது முடிவில்லாமல் போய்க் கொண்டே யிருக்கும். காரணம் என்பதும் ஒரு வகையில் காரியம்தான். வெங்காயத்தின் தோல் உரிக்க உரிக்க வந்து கொண்டிருப்பது போல் இதுவும் முடிவில்லாமல் போய்க்கொண்டே இருக்கும். ஒரு வெங்காயத்தை உரித்து முடித்துவிடலாம். ஆனால் மனித மனம் என்ற வெங்காயத்தை உரித்து முடிக்க முடியாது. அதை உரிக்க உரிக்க இன்னும் தோல்கள் தோன்றிக்கொண்டே யிருக்கும்.

கீழைநாடுகளில் நாங்கள் பகுத்து-ஆராய்தல் முறையை முயற்சி செய்து பார்க்கவேயில்லை. இந்த ஆராய்ச்சிக்கு முடிவில்லை என்பதுதான் கீழைநாடுகள் கண்டுபிடித்த மிகப்பெரிய உண்மை. ஆராய்தல் பிரச்சினையைத் தள்ளி வைக்கலாம், ஆனால் அதனைத் தீர்க்க முடியாது. அது எங்காவது இருக்கத்தான் செய்யும். அதைத் தள்ளி வைப்பதால் அது தீர்ந்துவிடாது.

மேலைநாடுகளில் நீங்கள் பிரச்சினையைப் பின்னால் தள்ளுகிறீர்கள். பிரச்சினையின் காரணத்தைக் கண்டுபிடிப்பதுதான்

பிரச்சினையைத் தீர்ப்பது என்று நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். ஆனால் கீழைநாடுகளில் நாங்கள் பிரச்சினையைத் தொடாமல் எங்கள் உணர்வு நிலையை அதன் மூலத்தை நோக்கித் தள்ளுகிறோம். நீங்கள் பிரச்சினையை வீட்டுக்கு வெளியே எறிய வேண்டும் என்று முயல்கிறீர்கள். நாங்கள் உணர்வு நிலையை வீட்டிற்குள் கொண்டுவர முயற்சி செய்கிறோம். நாங்கள் பிரச்சினையைத் தொடுவதில்லை. எங்களைப் பிரச்சினைகளிலிருந்து தள்ளி வைத்துக் கொள்கிறோம்.

உதாரணமாக எனக்கு உங்களால்தான் பிரச்சினை என்று வைத்துக் கொள்வோம். மேற்கின் அணுகுமுறை என்னவென்றால் நான் என் பிரச்சினைக்குக் காரணமான உங்களைக் கவனிக்கிறேன். உங்களை என் உணர்வுநிலையிலிருந்து தள்ளிவைக்கப் பாடுபடுகிறேன். அப்படிச்செய்வதால்தான் உணர்வின்மை நிலை பிறக்கிறது. அதனால் பல மனவியல் குழப்பங்கள் தோன்றுகின்றன.

இதே சூழ்நிலையில் நான் கீழைநாட்டுக்காரனாக இருந்தால் என் பிரச்சினையின் காரணமான உங்களைப் பற்றிக் கவலைப்பட மாட்டேன். அங்கே நீங்கள்தான் பிரச்சினை நான்தான் உணர்வுநிலை. உங்களை உங்கள் இடத்தில் அப்படியே விட்டுவிட்டு நான் விலகிச் சென்றுவிடுவேன். இந்த முறையில் உணர்வின்மை நிலை உருவாகாது. இதில் நான் எந்த உணர்வையும் அடக்கிவைக்கவில்லை. அதனால் எனக்கு மனவியல் ரீதியான பிரச்சினைகள் தோன்றாது. நான் என்னுடைய உண்மைநிலைக்குள் செல்வதால் எனக்கும் என் பிரச்சினைக்கும் சரியான தூரம் கிடைத்துவிடுகிறது. பிரச்சினை தீர்ந்தது.

மேற்கத்திய நாடுகளும் இதே தூரத்தை உருவாக்க முயற்சி செய்கின்றன. ஆனால் அவர்கள் பிரச்சினையை வம்படியாகத் தள்ளி வைத்துத் தூரத்தை உருவாக்குகிறார்கள். இதனால் இன்னும் அதிகமாகப் பிரச்சினைகள் வரும். ஏனென்றால் ஒருநாளும் உங்களால் உங்கள் பிரச்சினையை நிரந்தரமாகத் தள்ளி வைக்க முடியாது. பிரச்சினையோடு சண்டைபோடும் அந்த முயற்சியில் நீங்கள் எப்போதும் உங்கள் பிரச்சினைக்கு அருகிலேயே இருப்பீர்கள்.

இன்னும் கொஞ்சம் ஆழமாகப் பார்த்தால் ஓர் உண்மை புரியும். பிரச்சினையை உருவாக்கிய அதே மனம்தான் பிரச்சினையை அலசி ஆராய்ந்து கொண்டிருக்கிறது. அது எப்படிச் சாத்தியமாகும்?

உங்களை நீங்களே தூக்கிக் கொள்ள முடியுமா? கையைக் கட்டிக் கொண்டு கொஞ்ச தூரம் குதிக்கலாம். ஆனால் அதனால் எந்தப் பயனும் இல்லை. உங்களை நீங்களே தூக்கிக்கொள்ளும் முயற்சி கேலிக்கூத்தில்தான் முடியும். நீங்கள் மீண்டும் அதே பூமியில்தான் விழுவீர்கள். நாய் தன் வாலைத் தானே கவ்வ முயற்சிப்பதைப் போன்றது உங்கள் செயல்.

அதனால் ஒன்றும் செய்யாமல் உன்னிப்பாகக் கவனியுங்கள். போகப் போக ஒரு பற்றின்மை உண்டாகும். அந்தப் பற்றின்மையில் எல்லாம் கரைந்துவிடும். ஒன்றும் செய்யாமல் உட்கார்ந்திருங்கள். இருப்புநிலையை அனுபவியுங்கள். நடக்கும் வேடிக்கையைக் கவனியுங்கள். இந்த மனிதனுக்கு நம் மேல் அக்கறையில்லை என்று உங்கள் பிரச்சினை புரிந்து கொள்ளும். அதன்பின் அது விலகிச் சென்றுவிடும்.

அழையாத விருந்தாளி வீட்டிற்கு வந்தால் வீட்டுக்காரர் என்ன செய்ய வேண்டும்? ஒன்றும் செய்யக்கூடாது. வா என்று வரவேற்கக் கூடாது. முகம் கொடுத்துப் பேசக்கூடாது. ஒன்றுமே செய்யாமல் அந்த வேண்டாத விருந்தாளியை முறைத்துப் பார்த்துக் கொண்டு அமர்ந்திருக்க வேண்டும். எவ்வளவு நேரம்தான் அந்த விருந்தாளியால் தாக்குப் பிடிக்க முடியும் சொல்லுங்கள். அவர் வெறுத்துப் போய் வெளியேறிவிடுவார். அதைவிட்டுவிட்டு அவரைப் போ என்று துரத்தினால் அவருடன் சண்டை போட்டால் அவரும் பதிலுக்குச் சண்டை போடுவார். வாக்குவாதம் தொடரும். அவர் நீண்டகாலம் உங்கள் வீட்டிலேயே தங்கியிருப்பார். நீங்கள் தேவையில்லாத மன அழுத்தத்தில் உழன்று கொண்டிருப்பீர்கள்.

உங்கள் மனதில் தோன்றும் ஒவ்வொரு எண்ணமும் ஓர் அழையாத விருந்தாளிதான். உங்கள் மனம் உற்பத்தி செய்யும் ஒவ்வொரு பிரச்சினையும் ஒரு வேண்டாத விருந்தாளிதான். அதை எதிர்க்காதீர்கள். அமைதியாக, எதுவும் செய்யாமல் எதைப்பற்றியும் கவலைப்படாமல் அந்தப் பிரச்சினையை முறைத்துப் பார்த்தபடி இருங்கள். வந்த பிரச்சினை தன்னால் போய்விடும்.

பல வாரங்களுக்கு முன்னால் ஓஷோ ஒரு பெண்ணிடம் காலத்தால் கனிவடைந்த அன்பைப் பற்றிப் பேசினார்.

அன்பையும் நேசத்தையும் நாம் எப்படி வளர்க்க வேண்டும் என்று அறிவுரை கூறினார். அடுத்தவர்கள்மேல் ஏற்படும் மேலோட்டமான கவர்ச்சியால் அந்த ஆழமான அன்பு சிதறிவிடக்கூடாது என்ற கருத்தை வலியுறுத்தினார். ஒவ்வொரு நாளும் ஒரு குறிப்பிட்ட நேரத்தில் அவள் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று நினைக்கிறாளோ அதையெல்லாம் கற்பனையில் செய்யும்படி சொன்னார்.

இன்று அந்தப் பெண்மணி ஓஷோவைக் காண வந்திருக்கிறார். இப்போது எப்படி இருக்கிறீர்கள் என்ற ஓஷோவின் கேள்விக்கு 'அந்த மாதிரி உணர்வுகள் அவ்வப்போது வரத் தான் செய்கின்றன' என்று பதிலளிக்கிறார் அந்தப் பெண்.

அது தன்போக்கில் வந்துவிட்டுப் போகட்டும். அதைப் பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள். அது வரும்போது கவனியுங்கள். ஆனால் அக்கறையோ கவலையோ காட்ட வேண்டாம். ஐயோ வந்துவிட்டதே என்று பதறாதீர்கள்.

புத்த மதத்தில் இதற்கு ஒரு வழி இருக்கிறது. மூன்று முறை கவனிப்பது என்று அதைச் சொல்வார்கள். ஒரு பிரச்சினை வருகிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம் - பாலியல் உணர்வுகள் அதிகமாகிவிட்டன, அல்லது பேராசை அல்லது கோபம் - ஏதோ ஒரு பிரச்சினை. மூன்று முறை அந்தப் பிரச்சினை அங்கே இருக்கிறது என்பதை சாதகன் வாய்விட்டுச் சொல்ல வேண்டும். கோபம்தான் பிரச்சினை என்றால் 'கோபம், கோபம் கோபம்;' என்று மூன்று முறை அவன் சொல்ல வேண்டும். ஏன் இந்த மூன்றுமுறை? அந்த உணர்வை அவன் கவனிக்கத் தவறிவிடக்கூடாது என்பதற்காகத்தான். அதன்பின் அவன் தன்போக்கில் தன் வேலைகளைச் செய்து கொண்டிருப்பான். தன்னிடம் இருக்கும் சினத்தைக் குறித்து எதுவும் செய்யமாட்டான். மூன்று முறை கவனித்ததோடு சரி.

இது ஓர் அழகான பயிற்சி. உங்கள் உணர்வுகள் பற்றிய விழிப்புணர்வு கிடைக்கிறது. விழிப்புணர்வு வந்துவிட்டாலே சினம் போன்ற எதிர்மறை உணர்வுகள் மறைந்துவிடும். அந்த உணர்வுகளால் உங்களை ஆட்கொள்ள முடியாது. நீங்கள் உணர்வின்மை நிலையில் இருந்தால்தான் அவை உங்களை ஆட்கொள்ள

முடியும். மூன்று முறை அழைத்தல் உங்களுக்கு அபரிமிதமான விழிப்புணர்வைக் கொடுக்கிறது. விரைவிலேயே நீங்கள் உங்கள் சினத்திலிருந்து விலகி வந்துவிடுவீர்கள். உங்கள் சினத்தையே ஒரு தனிப் பொருளாக உங்களால் பார்க்க முடியும். நீங்கள் இங்கே இருக்கிறீர்கள். உங்கள் சினம் வேறு எங்கோ இருக்கிறது.

எல்லா எதிர்மறை உணர்வுகளுக்கும் இதே பயிற்சியைக் கையாளும்படி புத்தர் தன் சீடர்களிடம் சொன்னார்.

முயற்சி செய்து பாருங்கள். இதில் கவலைப்பட ஒன்றும் இல்லை. இது மனித இயற்கை என்பதால் இது குறித்துக் குற்ற உணர்வு தேவையில்லை. அப்படிப்பட்ட உணர்வு உங்களுக்குள் இருக்கிறது என்பதை நீங்கள் அறிந்து கொண்டதே ஒரு நல்ல அறிகுறி. அதனை முரட்டுத்தனமாக அடக்கி வைக்க நினைக்காதீர்கள். உலகில் உள்ள எல்லா சமுதாயங்களும் பிரச்சினைகளை வெளியே காட்டாமல் அமுக்கி வைக்கச் சொல்கின்றன. அதைத் தொடர்ந்து செய்துவந்தால் அந்தப் பிரச்சினைகளை மறந்து விடுவீர்கள். அப்படிப் பிரச்சினையே இல்லை என்று நினைக்கத் தொடங்குவீர்கள்.

அது சரியான அணுகுமுறையல்ல. முழு உணர்வுநிலையில் அந்தப் பிரச்சினைகளைப் பாருங்கள். உங்களுடைய கூர்மையான பார்வையிலேயே அந்தப் பிரச்சினனகள் உருகி ஓடிவிடும். மூன்று முறை பிரச்சினையின் பெயரைச் சொல்லுங்கள். உதாரணமாக 'காமம், காமம். காமம்' என்று மூன்று முறை சொல்லுங்கள். உங்களுக்குள்ளேயே சொல்லிக் கொள்ளுங்கள். வெஃளிப்படையாகச் சொன்னால் நன்றாக இருக்கும் என்று தோன்றினால் அப்படியே செய்யுங்கள். உங்கள் கணவருக்கும் இது தெரியட்டும்.

உங்கள் பிரச்சினைகள் உங்களை விட்டுச் சென்றுவிடும். அதில் சந்தேகமில்லை. அப்படிச் செல்லும்போது உங்கள்மேல் இருந்த ஒரு பெரிய பாரம் இறக்கிவைக்கப்பட்டதாக உணர்வீர்கள். ஏற்கனவே உங்களிடம் கொஞ்சம் தெளிவு ஏற்பட்டிருக்கிறது. சில வெட்டியான ஆசைகளும் வீணான எண்ணங்களும் உங்களிடமிருந்து வெளியேற்றப்பட்டால் நீங்கள் தூய்மை பெறுவீர்கள். உங்கள் வெகுளித்தனம் உங்களிடம் திரும்பி வந்துவிடும். உங்களைச் சுற்றி ஒரு நறுமணம் இருக்கும்.

உங்கள் வாழ்க்கையே ஒரு வித்தியாசமான பாடலாக வித்தியாசமான நடனமாகப் பரிமளிக்கும். 'சம்சாரம் என்பது வீணை என்னும் அளவிற்கு உங்கள் வாழ்க்கை இனிக்க ஆரம்பிக்கும்.

இதை இப்போதே ஆரம்பியுங்கள்.

நான் தட்டச்சு வேலை பார்க்கிறேன். என் வேலையை ரசித்துச் செய்யக் கஷ்டமாக இருக்கிறது. நான் என்ன செய்கிறேன் என்பது முக்கியமில்லை அதை எப்படிச் செய்கிறேன் என்பதுதான் முக்கியம் போன்ற வாக்கியங்கள் எனக்கு நன்றாகத் தெரியும். இருந்தும் நான் உற்சாகமில்லாமல் வேலை செய்கிறேன். 'இந்த வேலை முக்கியமானது. இதைச் செய்தேயாக வேண்டும்' என்று நாள்முழுவதும் என் மனதிற்கு அறிவுறுத்திக் கொண்டிருக்கிறேன். என் மனப்பான்மை இன்னும் கொஞ்சம் நன்றாக இருந்தால் நல்லது என்று நினைக்கிறேன். உங்களால் உதவ முடியுமா?

நல்ல மனப்பான்மையைத் தேடி அலையாதீர்கள். என்னிடம் நீங்கள் சரணடைந்துவிட்டால் எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை. நான் உங்களைச் செய்யச் சொன்னால் செய்யுங்கள். அதன்பின் இது மனப்பான்மை பற்றிய பிரச்சினையாக இருக்காது.

நீங்கள் நல்ல மனப்பான்மையைத் தேடிப் பெற்றுக் கொள்ளலாம். ஆனால் ஒரே வாரத்தில் அது காலாவதியாகிவிடும். ஏனென்றால் ஒரே மனப்பான்மையில் தொடர்ந்து இருப்பது முடியாத காரியம்.

மனமற்ற நிலையில் இருப்பவர்தான் ஒரே மனப்பாங்கோடு இருக்க முடியும். அது மனப்பாங்கற்ற ஒரு நிலைதான். மனமேயில்லையென்றால் மனப்பாங்கு எங்கிருந்து வரும்?

மனப்பான்மை மாறும் தன்மையுடையது. ஒரு நேர்மறையான நல்ல மனப்பாங்கு வேண்டும் என்று நீங்கள் கஷ்டப்பட்டுப் போராடிப் பெறலாம். ஆனால் அது சீக்கிரமே போய்விடும்.

என்னிடம் சரணடைந்து விடுங்கள். நீங்கள் உங்களுக்குச் சொந்தம் என்று நினைக்காதீர்கள். நீங்கள் ஓஷோவிற்குச் சொந்தம். ஓஷோ டைப் அடி என்று சொன்னால் டைப் அடியுங்கள். என்ன நான் சொல்வது புரிகிறதா? நீங்கள் சந்தோஷமாக டைப்

அடிப்பதைப் பார்த்தால் நான் உங்களுக்கு இன்னும் கஷ்டமான வேலை தருகிறேன். கவலைப்படாதீர்கள்.

எல்லாமே ஒரு வகையில் உங்களுக்கு உதவி செய்யும். உங்களை மாற்றிக்கொள்ள வேண்டும் என்று விரும்பினால் பழையதைப் பிடித்துகொண்டு தொங்காதீர்கள். உங்கள் மனம் நிறைவடைந்தால் அது இன்னும் வலுப்பெற்று விடும். உங்கள் மனம் 'டைப் அடிக்க வேண்டாம். போர் அடிக்கிறது. வேறு ஏதாவது செய்.' என்று சொல்லி அதனை நீங்கள் கேட்டுக் கீழ்ப்படிந்தால் மனம் இன்னும் வலிமை பெற்றுவிடும்.

உங்களுக்கு டைப் அடிக்கப் பிடிக்கவில்லை என்ற ஒரே காரணத்திற்காகவே அந்த வேலையை நீங்கள் தொடர்ந்து செய்ய வேண்டும். அப்போதுதான் நீங்கள் உங்கள் மனமில்லை என்பதை உணர்வீர்கள். உங்கள் மனதிற்கு நீங்கள் அடிமையில்லை என்பதையும் புரிந்து கொள்வீர்கள். நீங்கள் என்ன செய்யவேண்டும் என்பதை உங்கள் மனம் உங்களுக்குக் கட்டளையிட முடியாது. மனதைக் கடந்த நிலையில் நீங்கள் சுதந்திரமாக இருக்கலாம். இது ஒரு மகத்தான பாடம். சிறந்த ஒழுக்கம்.

அதனால் நேர்மறை மனப்பான்மையை உருவாக்கத் தேவையில்லை. எல்லா வகையான மனப்பான்மைகளையும் உதறித் தள்ளிவிட்டு ஒரு வாகனமாக, ஒரு வழியாகச் செயல்படுங்கள். எல்லாம் மாறும்.

நான் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று விரும்புகிறீர்கள்? நான் இப்படிக் கேட்கக்கூடாதோ? என்றாலும் எனக்கு ஆர்வமாக இருக்கிறது. பலவிதமாக சாத்தியக்கூறுகளை யோசித்துக் கொண்டிருக்கிறேன்.

எப்படிப்பட்ட சாத்தியக்கூறுகளை யோசித்துக் கொண்டிருக் கிறீர்கள்?

அயர்லாந்து நாட்டில் உங்களுக்காக ஏதாவது செய்யலாம். என் தொழிலை ஒரு சேவையாக மாற்றிக் கொள்ளலாம். அதில் இப்போது சில கஷ்டங்கள் இருக்கின்றன. இல்லை இங்கே திரும்பி வந்து மனதிற்குப் பிடிக்காத ஏதாவது ஒரு

வேலையை - உதாரணம் டைப் அடிப்பது - செய்யலாம். (ஓஷோ சிரிக்கிறார்)

உங்கள் தொழில் என்ன? அது உங்களுக்குப் பிடித்திருக்கிறதா?

நான் மனவியல் துறைப் பேராசிரியராகப் பணிபுரிகிறேன். ஆசிரியப்பணி எனக்குப் பிடித்திருக்கிறது. நான் என்னை ஓர் ஆசிரியனாகத்தான் பார்க்கிறேன். ஆனால் இந்த மனவியல் துறையில் அவ்வளவாக மனம் ஒட்டவில்லை. பல வருடங்கள் துறை வல்லுனன் என்ற பெருமையுடன் வாழ்ந்தேன். அது இனிமேல் முடியாது போலிருக்கிறது. ஆனால் பாடம் சொல்லித்தருவது எனக்குப் பிடித்திருக்கிறது.

உங்களுக்குப் பிடித்திருந்தால் ஆசிரியப்பணியைத் தொடருங்கள். மனதுக்குப் பிடித்த தொழிலைச் செய்யும்போது அதை இன்னும் ஆக்கப்பூர்வமாகச் செய்ய வழிகள் பிறக்கும்.

இருப்பதிலேயே மிகவும் ஆக்கப்பூர்வமான பணி ஆசிரியப் பணி. அதிலும் உங்களுக்கு உள்ளூர ஓர் உந்துதல் இருந்தால் ஒரு நாட்டம் இருந்தால் அதைவிடச் சிறந்த பணி எதுவும் இல்லை. அது ஒரு கலை. கவிஞர்கள் கவிஞர்களாகவே பிறக் கிறார்கள் என்று சொல்வார்கள். கவிஞர்களை யாரும் உருவாக்க முடியாது. ஆசிரியர்களும் அது போல்தான். நூறு ஆசிரியர்களுக்கு இரண்டு பிறவி ஆசிரியர்கள் இருந்தால் அதிகம்.

நான் பார்த்தவரையில் உங்களிடம் அந்தத் தன்மை உள்ளீடாக இருக்கிறது. அதனால் ஆசிரியப்பணியை விடவேண்டும் என்று சொல்லவில்லை. இதுதான் உங்கள் சேவை. உங்கள் வாழ்க்கைப் பணி. அதனால் மற்ற தொழில்களை எல்லாம் விட்டுவிடுங்கள். அவை இடையூறாகவே இருக்கும். இதில் இன்னும் ஆழமாகப் போய் உண்மையான ஆசிரியராக இருங்கள்.

பின்னால் நான் உங்களை அழைக்கிறேன். எனக்காக நீங்கள் ஆசிரியப்பணி செய்ய வேண்டியிருக்கும். உலகெங்கிலும் சென்று என் செய்தியைப் பரப்ப ஆசிரியர்கள் தேவைப்படுவார்கள். ஏனென்றால் நான் இந்த முகப்பைத் தாண்டி வெளியே போவதாக இல்லை.

ஆக்கப்பூர்வமாகச் செயல்படுங்கள். இதை வெறும் வேலையாக நினைக்காதீர்கள். அது ஓர் இறைப்பணியாக இருக்கட்டும். உங்கள் ஆசிரியப்பணியைக் காதலியுங்கள். இது போன்ற ஒரு பணி வேறு எதுவும் இல்லை. ஓர் ஓவியன் தன் கலையைத் திரைச் சீலையிலும் வண்ணங்களிலும் காட்டுகிறான். ஒரு சிற்பி தன் கலையைக் கல்லில் காட்டுகிறான். ஆனால் ஓர் ஆசிரியர் தன் கலையைக் காட்டும் இடம் மனித மனம். அதனால்தான் இதை இருப்பதிலேயே புனிதமான தொழில் என்கிறார்கள்.

உங்கள் பணியைத் தொடர்ந்து செய்யுங்கள். இனிமேல் உங்களை நான் டைப் அடிக்கச் சொல்லப் போவதில்லை. விரைவில் உங்களை நான் ஆசிரியராக்கப் போகிறேன். ஆனால் அதற்கு நீங்கள் தயாராக வேண்டும். அதனால் உங்கள் பல்கலைக்கழகத்திற்குத் திரும்பிச் செல்லுங்கள். ஆசிரியப் பணியைச் செய்யுங்கள். என் செய்தியைப் பரப்புங்கள்.

நான் தாயாகப் போகிறேன். என் தாய்மை நிலையை நான் மிகவும் விரும்புகிறேன்.

தாய்மை நிலை என்னவென்று உங்களுக்குத் தெரியுமா? உங்களுக்கு விருப்பம் இருந்தால் சரி. ஒரு தாயாக இருப்பது ஒரு விதத்தில் பெரிய புரட்சி. ஓர் அடிப்படையான மாற்றம்.

பெண்ணாக இருப்பது என்பது வேறு. தாயாக இருப்பது என்பது வேறு. யார் என்று தெரியாத ஒருவருக்காகப் பெரிய பொறுப்பைச் சுமக்கப் போகிறீர்கள். உங்கள் வாழ்க்கையையே அதற்குத் தகுந்தாற் போல் மாற்றியமைக்க வேண்டியதிருக்கும். யோசித்துப் பாருங்கள்.

உங்கள் பொறுப்புகளை உணர்ந்து செயல்பட்டால் இதுவரை இருந்தது போல் சுதந்திரமாக இருக்க முடியாது. குழந்தைக்கு நீங்கள்தான் பொறுப்பு. அதை ஒரு கடமையாகக் கருதக் கூடாது. கடமை என்று நினைத்துவிட்டால் பின் அதுவே ஒரு சுமையாகிவிடும். அதன்பின் உங்களுக்கு அந்தச் சுமையை ஏற்றியதற்காகக் குழந்தையைப் பழிவாங்கத் தொடங்கிவிடுவீர்கள்.

இப்போது ஒன்றும் தெரியாது. குழந்தை வெளியே வந்தவுடன் உங்கள் பொறுப்புகள் பலமடங்கு கூடிவிடும். உங்கள் சுதந்திரம்

அடியோடு போய்விடும். முதலில் உங்கள் குழந்தையின் நலனைப் பற்றித்தான் சிந்திக்க வேண்டும். அதற்குப் பிறகுதான் உங்களைப் பற்றி யோசிக்க வேண்டும். இப்போது மனம் போன போக்கில் உங்கள் காதலர்களை மாற்றிக் கொண்டேயிருக்கலாம். தோன்றியபடி வாழலாம். ஆனால் இனிமேல் அதெல்லாம் முடியாது. குழந்தை வேண்டும் என்பது மிகவும் முக்கியமான ஒரு முடிவு. நன்றாக யோசித்து முடிவெடுங்கள்.

உங்கள் பொறுப்புகளை உணர்ந்து இந்த முடிவை எடுத்திருந்தால் சரி. ஆனால் யோசிக்காமல் தாய்மை நிலைக்குள் போகாதீர்கள். தாய்மை ஒரு விபத்தாக இருக்கக் கூடாது.. முன்பெல்லாம் கருத்தடை செய்ய வசதிகள் இல்லை. தாய்மை பலருக்கும் ஒரு விபத்தாகவே நேர்ந்தது. ஆனால் இப்போது அப்படி இருக்க வேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை.

இல்லை. என்னைப் பொறுத்தமட்டில் தாய்மை ஒரு விபத்து இல்லை. நானாகவே விரும்பி ஏற்றுக் கொண்டது.

அப்படியானால் சரி. நீங்களாகவே விரும்பி ஏற்றுக்கொண்டால் பாதகமில்லை. மனப்பூர்வமாகத் தாய்மை நிலைக்குள் நுழையுங்கள்.

○

முப்பதாம் நாள்

இந்தக் கணத்தில் முழுமையாக வாழுங்கள்

நான் தியானம் செய்யும்போது பல படங்களை என் மனக்கண்களில் பார்க்கிறேன்.. அந்தப் படங்களை ஓவியமாகத் தீட்ட வேண்டும் என்ற ஆசை வருகிறது...

படங்கள் வந்தால் வரையுங்கள். அது ஒரு நல்ல வடிகால். மனதுக்குத் தோன்றியபடி காட்டுத்தனமாக எந்தக் கட்டுப்பாடும் இல்லாமல் வரையுங்கள். அறிவின்மூலம் வரைய நினைக்காதீர்கள்.

நீங்கள் வரையும் படங்களைப் பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள். உங்கள் திறமையைக் காட்டுவதற்காக நீங்கள் வரையவில்லை. இந்தப் படங்களைக் கண்காட்சியில் வைக்கமாட்டார்கள். நீங்கள் அவற்றை யாரிடமும் காட்டத் தேவையில்லை. உள்ளத்தில் இருக்கும் உணர்வுகளை வெளியே கொண்டுவருகிறீர்கள். அவ்வளவுதான்.

சிறுகுழந்தைகளைப் போல் வரையுங்கள். குழந்தைகள் கையில் கலர் பென்சில்களைக் கொடுத்தால் தாங்கள் என்ன வரைகிறோம் என்பதே தெரியாமல் அவர்கள் எதையாவது வரைந்து கொண்டிருப்பார்கள். அது மிகவும் இயற்கையாக இருக்கும். புல் வளர்வது, பறவைகளின் பாடல், குழந்தைகள் வரைவது - எல்லாமே இயற்கையின் வெளிப்பாடுதான்.

நவீன ஓவியங்களின் அழகே அதுதான். அவை குழந்தைத்தனமாக, முதிர்ச்சியில்லாமல் இருக்கின்றன. அந்தக்கால ஓவியர்கள் வடிவங்களைப் பற்றிக் கவலைப்பட்டார்கள். அளவுகள், கணக்கு போன்றவற்றைப் பற்றி அவர்கள் சிந்தித்தார்கள். ஆனால் இந்தக்கால ஓவியர்கள் எல்லாவற்றையும் விட்டுவிட்டார்கள். இப்போதெல்லாம் ஓவியங்களில் தொழில்நுட்பமே இல்லை.

நவீன ஓவியங்கள் குழந்தைகள் வரைவதைப் போல் இருக்கின்றன. பல அழகான ஓவியங்கள் வெளிவந்திருக்கின்றன. அவற்றில் எந்த அர்த்தமும் உட்பொருளும் இல்லை. அழகானவை ஆனால் அர்த்தமற்றவை என்பதை நீங்கள் நினைவில் கொள்ள வேண்டும். சொல்லப்போனால் ,அழகே அர்த்தமற்றதுதான். அர்த்தம் உள்ளே நுழைந்தால் அதில் ஓர் ஏழ்மை வந்துவிடுகிறது. அறிவு வரும்போது எல்லைகளும் கூடவே வந்துவிடுகின்றன.

அதனால் மனம் போன போக்கில் வரையுங்கள். அடுத்தமுறை இங்கே வரும்போது நீங்கள் வரைந்த ஓவியங்களைக் கொண்டு வாருங்கள். என்னிடம் ஓவியத்தைக் காட்டப்போகிறோமே என்ற எண்ணத்தோடு படம் வரையாதீர்கள். எந்த முன்யோசனையும் எந்தத் திட்டமும் இல்லாமல் நீங்கள் வரைந்த ஓவியங்களைப் பார்க்க விரும்புகிறேன்.

ஒரு செல்வந்தன் பிரபல ஓவியரான பிக்காஸோவிடம் தன் படத்தை வரைந்து தரச் சொன்னான். பிக்காஸோவும் வரைந்து கொடுத்தார்.

ஓவியம் தயாரானதும் அதைப் பார்க்க வந்தான் செல்வந்தன்.

"நன்றாக இருக்கிறது. எல்லாம் பிடித்திருக்கிறது. ஆனால் நீங்கள் வரைந்த என் மூக்குதான் பிடிக்கவில்லை."

"அவ்வளவுதானே? அதை மாற்றிவிடுகிறேன்."

செல்வந்தன் போனவுடன் பிக்காஸோ அதீதக் கவலையில் ஆழ்ந்தார். அவருடன் அப்போது வசித்துக் கொண்டிருந்த பெண் கவலைக்குக் காரணம் கேட்டாள்.

"மூக்கை மாற்றி வரைகிறேன் என்று அவனுக்கு வாக்குக் கொடுத்துவிட்டேன். இந்த ஓவியத்தில் மூக்கை எங்கே வரைந்தேன் என்பதுதான் தெரியவில்லை."

இது பிடித்திருக்கிறதா? நல்லது.

எனக்கு என்மேலேயே வெறுப்பாக இருக்கிறது. எனக்கு ஒரு மதிப்பு, ,மரியாதை வரவேண்டும் என்று வாழ்நாள் முழுவதும் உழைத்துக் கொண்டிருக்கிறேன். அன்பிற்கான

எல்லா மாற்றுகளையும் முயன்று பார்த்துவிட்டேன். அன்பு எனக்குப் பிடிக்காத ஒன்று. என்னைப் பொறுத்தமட்டில் அன்பு என்பது அடுத்தவரை சூழ்ச்சியால் அடக்கியாள உதவும் ஒரு கருவி. என்னால் மற்றவர்கள் அன்பை ஏற்றுக் கொள்ள முடியாது. அவர்கள் என்னை அடக்கியாண்டு விடுவார்களோ என்ற பயம் இருக்கிறது.

மதிப்பும் மரியாதையும் மோசமான மாற்றுப் பொருள்கள். அவை போலிகள். அன்பின் மூலம் விளையும் மரியாதையே அர்த்தமுள்ளது. வேறு எந்தவழியில் வந்தாலும் அது அர்த்தமற்றது. நச்சுத்தன்மை மிக்கது.

இப்படித்தான் ஒரு மனிதன் அரசியல்வாதியாகிறான். அரசியல் அன்பிற்கு மற்றொரு மாற்றுப் பொருள். யாராவது உங்களை நேசிக்கும்போது அவர்கள் உங்கள்மேல் அக்கறை காட்டுகிறார்கள். உங்களை ஒரு முக்கியமான மனிதராக மதிப்புள்ளவராக உணர வைக்கிறார்கள். நீங்கள் எப்படி இருந்தாலும் அன்பினால் ஏற்றுக்கொள்ளப்படுகிறீர்கள்.

ஆனால் அன்பைத் தவறவிட்டுவிட்டால் மக்கள் தந்திரத்தில் இறங்குகிறார்கள். மற்றவர்களிடம் மரியாதையைப் பெற என்ன தந்திரம் செய்யலாம்? அடுத்தவர்கள் மதிக்கும் ஏதோ ஒரு பண்பை -நன்னடத்தை, ஒழுக்கம் போன்றவை - வளர்த்துக் கொள்வது, அல்லது அவை இருப்பது போல் காட்டிக் கொள்வது. ஆனால் அது உங்களுக்கு நிறைவைத் தராது. நீங்கள் தொடர்ந்து சூழ்ச்சி செய்து கொண்டே போகலாம். இப்போது உங்களுக்கு ஒரு கூட்டமே தேவைப்படும்.

நீங்கள் ஒரு நாட்டின் தலைவராகலாம். அதன்பின் லட்சக்கணக் கானவர்கள் உங்களைக் கவனிப்பார்கள். அவர்கள் உங்களைக் கவனித்துத்தான் ஆக வேண்டும். ஏனென்றால் இப்போது உங்களிடம் பதவியும் அதிகாரமும் இருக்கிறது. அதை வைத்துக் கொண்டு நீங்கள் அவர்களுக்குத் துன்பம் கொடுக்கலாம். அபாயத்தை விளைவிக்கலாம். ஒரு மொத்த நாடே உங்களை பயத்துடன் மரியாதையாகப் பார்ப்பதைவிட ஒரு மனிதனிடம் கிடைக்கும் தூய அன்பு மகத்தானது. அந்த அன்பிற்குத்தான் உண்மையான மதிப்பு இருக்கிறது.

உங்களுக்குக் கொடுக்கப்படும் மரியாதை உங்களுக்காக இல்லை என்பதை நீங்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். உதாரணமாக நீங்கள் நல்லவராக ஒழுக்கமுள்ளவராக இருந்தால் அந்த மரியாதை உங்கள் ஒழுக்கத்திற்குத்தான். உங்களுக்கு இல்லை. நீங்கள் பணக்காரராக இருந்தால் அந்த மரியாதை உங்கள் பெரிய வீட்டிற்கும் நீளமான காருக்கும்தானேயொழிய உங்களுக்கு இல்லை.. காரும் போய், வீட்டையும் விற்று. தேர்தலிலும் தோற்று செல்வத்தையும் இழந்துவிட்டால் அந்த மரியாதை மாயமாக மறைந்துவிடும் என்று உங்களுக்கே தெரியும். அதனால் உங்களுக்கு அச்சம் வருகிறது.

மரியாதை நீங்கள் வைத்திருக்கும் பொருள், உங்களுடைய குணம் இவற்றுக்காகத்தான். ஆனால் அன்பு உங்களுக்காக மட்டுமே – உங்களிடம் செல்வம் இருந்தாலும் சரி, இல்லாவிட்டாலும் சரி, உங்களிடம் திறமைகளும் தகுதிகளும் இருந்தாலும் சரி இல்லாவிட்டாலும் சரி அதைப் பற்றி அன்பு கவலைப்படாது.

உங்களிடம் அன்பு காட்டும் அந்த ஒரு மனிதனுக்காகவாவது நீங்கள் அன்னியனாக இருக்க மாட்டீர்கள். அவர் உங்களிடம் தன் நட்பையும் இதயத்தையும் மொத்தமாகக் கொடுத்துவிட்டார். அது போதும் உங்களுக்கு நிறைவைக் கொடுப்பதற்கு.

மதிப்பும் மரியாதையும் எப்படிப்பட்டது தெரியுமா? நீங்கள் பசியால் துடித்துக் கொண்டிருக்கும் போது சமைத்துப்பார் புத்தகத்தைப் படிப்பதைப் போன்றது மரியாதை. அந்தப் புத்தகத்தைப் படிப்பதால் உங்கள் பசி தீராது. பசி தீர நிஜமான உணவு தேவை. சமையலைப் பற்றி உங்களிடம் ஆயிரத்தியோரு புத்தகங்கள் இருக்கலாம். ஆனால் அவற்றால் பசி தீராது. அன்பு உணவு. மதிப்பும் மரியாதையும் சமையல் புத்தகங்கள்.

எல்லாருமே சிறுவயதில் கற்கும் பாடம் – எப்படியாவது மதிப்பையும் மரியாதையையும் சம்பாதித்துக் கொள்ளவேண்டும் என்பதுதான். வகுப்பில் முதல் மாணவனாக வருவது. தங்கப்பதக்கம் வாங்குவது இப்படி ஏதாவது செய்து மற்றவர்களின் மதிப்பைப் பெற வேண்டும் என்று நமக்கு உருவேற்றிவிட்டார்கள். ஏதாவது செய்தால்தான் உங்களுக்கு மதிப்பு வரும் என்று போதிக்கிறார்கள்.

ஆனால் நீங்கள் சும்மா இருந்தாலேயே மதிப்பு மிக்கவர்தான். நீங்கள் என்ன செய்கிறீர்கள் என்பது இரண்டாம் பட்சமே.

மதிப்பும் மரியாதையும் வேண்டும் என்ற மனநிலையை விட்டுத் தள்ளுங்கள். அது கொடிய விஷம். ஒரு கணம்கூட அந்த எண்ணத்தை உங்கள் மனதில் இருக்கவிடாதீர்கள்.

உங்களை நீங்களே ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள். உங்களை நீங்களே மதிக்காமல் இருப்பதால்தான் உங்களுக்கு அடுத்தவர்களின் மதிப்பு தேவைப்படுகிறது.

உங்களை நீங்களே வெறுக்கிறீர்கள். அதனால் பல முகமூடிகளை உருவாக்கி அவற்றின் பின் ஒளிந்து கொள்கிறீர்கள். இதனால் மற்றவர்களை ஏமாற்றலாம். உங்களை நீங்களே ஏமாற்றிக் கொள்ள முடியாது. உள்ளபடியே மற்றவர்களையும் ஏமாற்ற முடியாது. அவர்களும் உங்களைப் போல் ஏமாற்றுவேலையில் ஈடுபட்டிருக்கிறார்கள் என்பதால் அவர்களுக்கும் தெரியும். மொத்த உலகமும் இந்த மோசடி வேலையில் ஈடுபட்டிருக்கிறது..

முதல் விஷயம். உங்களை நீங்களே மதிக்க வேண்டும். இதைச் செய்தால்தான் எனக்கு மதிப்பு என்று உங்களுக்கு நீங்களே கோரிக்கைகளை வைக்காதீர்கள். இதைச் செய்தேயாக வேண்டும் என்று வாழ்க்கையில் ஒன்றுமே கிடையாது. வாழ்க்கை எப்படி இருக்க வேண்டுமோ அப்படியே இருக்கிறது. அதை ஏற்றுக் கொண்டு அனுபவிக்க வேண்டியதுதான் உங்கள் வேலை. அன்பின் மூலமாகத்தான் அதைச் செய்ய முடியும். அதற்கு வேறு வழிகளே இல்லை.

எல்லாப் பிரச்சினைகளும் நீங்களே உருவாக்கியவை. சிலருக்கு உண்மையிலேயே பிரச்சினைகள் இருக்கும். சிலருக்கு இருக்காது. ஆனால் பொழுது போக வேண்டும் என்பதற்காக அவர்கள் பிரச்சினைகளை உருவாக்கிக் கொள்வார்கள்.

அவற்றை விட்டுவிடுங்கள். அவை வெறும் குப்பை. இந்தக் கணத்திலிருந்து வாழ்க்கையை அனுபவிக்கத் தொடங்குங்கள். சரியா? முயற்சி செய்து பாருங்களேன்.

நான் வருகிற மார்ச் மாதம் இங்கிலாந்துக்குத் திரும்பிச் செல்லப் போகிறேன். அதுவரை இங்குதான் இருப்பேன். இங்கு இருக்கும்போது என்ன செய்ய வேண்டும் என்று எனக்குத் தெரியவில்லை. நான் இன்னும் கடுமையாக உழைக்க வேண்டும் இன்னும் நிறைய செய்ய வேண்டும் என்று நினைக்கிறேன். நான் உருப்படியான வேலை எதுவும் செய்யவில்லையோ என்று சந்தேகப்படுகிறேன்.

அதற்குள் எதிர்காலத்திற்குத் தாவாதீர்கள். நிகழ்காலத்திலேயே இருங்கள். இன்றைய பொழுதே போதுமானது. மார்ச் மாதம் வருவதற்கு இன்னும் பல யுகங்கள் இருக்கின்றன. அதைப் பற்றிக் கவலைப்பட வேண்டாம். உங்கள் நிகழ்காலத்தை ஏன் வீணாக்கு கிறீர்கள்?

இன்றைய பொழுதுக்கு வாழுங்கள். மார்ச் மாதம் வரும்போது நீங்கள் இருக்கத்தானே செய்வீர்கள். அப்போதைய தேவைக்கு ஏற்றவாறு அந்த சமயத்தில் செய்து கொள்ளலாம். இப்போதிருந்தே நீங்கள் மார்ச் மாதத்திற்குத் திட்டமிட ஆரம்பித்தால் உங்களுக்கு இரண்டு வகையில் பிரச்சினைகள் வரலாம்.

முதல் பிரச்சினை - அருமையாக வாழ வேண்டிய இந்தக் கணத்தை நீங்கள் வீணாக்குகிறீர்கள். இரண்டாவது பிரச்சினை - நீங்கள் எப்படித் திட்டமிட்டாலும் அதன்படி நடக்காது. காரணம், வருங்காலத்தை லட்சோப லட்சம் காரணங்கள் நிர்ணயிக்கின்றன. அவற்றில் ஏதாவது ஒன்று தவறிவிடலாம். அதனால் உங்கள் திட்டம் தோல்வியடையலாம். அதனால் உங்களுக்கு விரக்திதான் மிஞ்சும்.

மனிதன் நினைக்கிறான் - நாம் திட்டமிடுகிறோம், கடவுள் நிறைவேற்றி வைக்கிறார் என்று. கடவுளுக்கு வேறு வேலையில்லையா என்ன? அவர் உங்கள் திட்டங்களை நிறைவேற்றுவதில்லை. நிறைவேறுதல் என்பது திட்டமிடுதலிலேயே அடங்கிவிடுகிறது. திட்டமிடும்போது ஓர் அமைப்பை உருவாக்குகிறீர்கள். ஆனால் வருங்காலமோ திறந்த நிலையில் இருக்கிறது. அதனை ஓர் அமைப்புக்குள் அடக்கிவைக்க முடியாது.

இந்த நிமிடத்தை வீணாக்குவதோடு மட்டுமல்லாமல் எதிர்காலத்தில் உங்கள் திட்டங்களின் தோல்வியால் விரக்தியடையும்போது அந்த நிமிடங்களையும் வீணாக்குகிறீர்கள். அந்த விரக்தியில் இன்னும் அழுத்தமாகத் திட்டமிடுவீர்கள். சென்ற முறை சரியாகத் திட்டமிடாததால்தான் தோல்வி வந்தது. என்று நினைத்துக் கொண்டு இன்னும் நுட்பமாகத் திட்டமிடுவீர்கள். உங்களுக்கு இன்னும் உண்மைநிலை புரியவில்லை.

எவ்வளவு துல்லியமாகத் திட்டம் போட்டாலும் அதன்படி எதுவும் நடக்காது. உலகத்தில் நீங்கள் மட்டும் இல்லையே? உதாரணமாக நீங்கள் தெருவில் நடந்துகொண்டிருக்கும்போது யாராவது குடிபோதையில் வண்டி ஒட்டிக்கொண்டிருப்பவன் உங்கள்மேல் மோதலாம். அது உங்கள் திட்டங்களில் சத்தியமாக இருக்காது. நீங்கள் திட்டப்படி கோவாவிற்குச் செல்வீர்கள். அங்கே உங்களுக்குள் மஞ்சள் காமாலைக் கிருமிகள் புகுந்து கொள்ளலாம். அதுவும் உங்கள் திட்டமிடுதலில் இருக்காது. நோய்க்கிருமிகள் தங்களுடைய திட்டத்தின்படி நடந்து கொள்ளும். குடிபோதையில் ஓட்டுபவர் தினமும் அவர் செல்லும் வழியில் சென்று கொண்டிருக்கிறார்.

இந்தக் கணத்தை முழுமையாக வாழுங்கள். அடுத்த கணம் இதிலிருந்துதான் வர வேண்டும். திட்டமிடாமல் வாழுங்கள்.. அதுதான் வாழ்க்கை.

நீங்கள் நன்றாகத்தான் உழைக்கிறீர்கள். உங்களால் முடிந்ததைச் செய்கிறீர்கள் என்றுதான் தோன்றுகிறது. இன்னும் கடுமையாக உழைக்க வேண்டும் என்ற எண்ணமும் ஒரு வகையில் பேராசைதான். அந்தப் பேராசைக்கு முடிவேயில்லை. நீங்கள் என்ன செய்தாலும் எவ்வளவு கஷ்டப்பட்டாலும் அதைவிட அதிகம் செய்யலாம் என்ற எண்ணம் இருக்கத்தான் செய்யும். பேராசை ஒருநாளும் திருப்தியடைவதில்லை.

அதை விட்டொழியுங்கள். உங்களால் செய்ய முடிந்ததைச் செய்து கொண்டுதான் இருக்கிறீர்கள். அதனை அனுபவித்துச் செய்யுங்கள். அதிகமாக எதிர்பார்க்காதீர்கள். ஆழமான தரத்தைக் கொண்டுவாருங்கள். அளவை மட்டும் அதிகரித்தால் போதும்

என்று நினைக்காதீர்கள். வருங்காலத்தைப் பற்றிச் சிந்திப்பதை மறந்துவிடுங்கள்.



உங்கள் காதல் உறவு எப்படியிருக்கிறது?

நன்றாக இருக்கிறது. பல வருடங்களுக்குப் பின் என் வாழ்க்கையில் நடக்கும் மிக நல்ல விஷயம் இது. ஆனால் அவன் எனக்கு ஒரு நண்பனாக மட்டுமே இருக்க விரும்புகிறான். நான் அதற்கும் மேலே போகலாம் என்று சொல்கிறேன். அவன் மறுத்துக் கொண்டிருக்கிறான். அவனுக்கு என்மேல் அக்கறை இருக்கிறது. என்றாலும் காதல் வயப்படும் அளவிற்கு நான் அவனை வசீகரிக்கவில்லையாம்.

இதற்கு மேலே போக வேண்டும் என்று கேட்காதீர்கள். நட்பே போதுமானது. நெருக்கமான உறவில் இரண்டு வழிகள் இருக்கின்றன. ஒன்று, முதலில் காதலில் விழுவது. பின் நாள் செல்லச் செல்ல அதிலிருந்து நட்பு பரிமளிக்கும். காதலர்கள் கடைசியில் நெருங்கிய நண்பர்களாகிவிடுகிறார்கள். அப்படியாக வில்லையென்றால் நடுவில் ஏதோ தவறு நடந்திருக்கிறது என்று அர்த்தம். நாளாக ஆக ஆசையின் தீவிரம் வடிந்துவிடும். அப்பறம் நட்பு மட்டுமே மிஞ்சும்.

ஆசை என்பது மனதின் அதீதக் கிளர்ச்சி நிலை. அதே நிலையில் அதிகநாள் தாக்குப் பிடிக்க முடியாது. தேனிலவு முடியும்போது ஆசையும் தீர்ந்துவிடும். அதன்பின் நட்பு எழுகிறது.

இது ஒரு சாத்தியக்கூறு. இருவர் காதல் வயப்படுகிறார்கள். மோகம் என்னும் சூறாவளிக் காற்றில் சிக்கி இருவருமே தொலைந்து போகிறார்கள். இருவரும் சிகரங்களிலேயே வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். பள்ளத்தாக்குகள் இருப்பதே அவர்களுக்குத் தெரியாமல் போய்விடுகிறது. ஆனால் யாராலும் சிகரங்களிலேயே தொடர்ந்து வாழ முடியாதே! அங்கே ஒரு விடுமுறையை வேண்டுமானால் கழிக்கலாம். சீக்கிரத்திலேயே பள்ளத்தாக்கிற்கு வந்துவிடுகிறார்கள்.

கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் காதல் அமைதியாகி ஓர் இசைவை உண்டாக்குகிறது. அந்த நேரத்தில் காதலர்களுக்கிடையே நட்பு மலர்கிறது. கணவன் - மனைவியாக இருப்பவர்கள் சகோதர சகோதரியாக வாழத் தொடங்குகிறார்கள். ஆனால் இப்போதுதான் பிரச்சினை தொடங்குகிறது. மோகக் காய்ச்சல் முடிந்ததும் 'இவனுக்கு என்மேல் ஆசை குறைந்துவிட்டது' என்று நினைக்கிறாள். ஆணும் அவளைப்பற்றி அதையே நினைக்கிறான்.

அடுத்த வழி. எந்தவிதமான ஆசையும் மோகமும் இல்லாமல் இருவருமே நண்பர்களாக வாழ்க்கையைத் தொடங்குவது. இதில் என்ன பிரச்சினை வருமென்றால் மனம் முதலில் மோகம் கொள்ளும். அந்த சுகத்திற்கு ஏங்கும். அதை விடமுடிந்தால் அதைப்பற்றிக் கவலைப்படாமல் உங்களால் நட்பை வளர்க்க முடிந்தால் எந்த சிகரத்தையும் தொடாமலேயே பள்ளத்தாக்கிற்கு வந்து வாழ்க்கையைத் தொடங்கலாம்.

நான் என்ன நினைக்கிறேன் என்றால் நட்பில் தொடங்கும் உறவு முதலில் கொஞ்சம் கஷ்டமாக இருந்தாலும் இறுதியில் மிகவும் அழகாக இருக்கும். இதில் நீங்கள் எதையும் தவறவிடமாட்டீர்கள். முதலிலேயே நட்பு இருந்தால் அது போகப் போக இன்னும் ஆழமாகலாம். அது சிகரத்தை நோக்கி மேலே போகாது. ஆனால் இன்னும் ஆழமாகப் போகும். இத்தகைய உறவு ஆரம்பகாலத்தில் மிகவும் கஷ்டமாக இருக்கும்.. மோகத்தில் தொடங்கும் உறவு முதலில் சுலபமாக இருக்கும். இனிமையாக இருக்கு.ம் ஆனால் போகப் போகக் கஷ்டமாக இருக்கும். மொத்தமாகப் பார்த்தால் இரண்டும் ஒன்றுதான். அதனால் இதனைப் பிரச்சினையாக்காதீர்கள். அப்படிச் செய்தால் அவன் உங்களிடமிருந்து தப்பிக்க வழி தேட ஆரம்பித்துவிடுவான்.

ஒரு பெண் தனக்கு லட்டிஹான் தியானமுறையிலும் கௌரிசங்கர் தியானமுறையிலும் கிடைத்த காட்டமான அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்கிறாள். (லட்டிஹான் என்பது இந்தோனேசிய நாட்டு ஆன்மிகப் பயிற்சி முறை. கௌரிசங்கர் தியானம் என்பது இரவில் செய்யும் ஒரு நுட்பமான மூச்சுப் பயிற்சி. அதில் கண்களுக்கும் முக்கிய பங்குண்டு).

கௌரிசங்கர் தியானத்தை நிறுத்திவிடுங்கள் மற்றவற்றைத் தொடருங்கள்.

எல்லாம் நன்றாக நடக்கிறது. லட்டிஹான் இப்படித்தான் இருக்கும். முதலில் உடல் மொத்தமும் ஆடிக்கொண்டிருக்கும். பிறகு உடலின் உள்ளே இருக்கும் அமைப்பு மட்டும் நுட்பமாக ஆடத் தொடங்கும். தசைகள் சுருங்கி விரியும். ஒருநாள் எல்லா அசைவுகளும் நின்றுவிடும். ஆனால் எதையும் வற்புறுத்தாதீர்கள். எல்லாவற்றையும் நடக்க அனுமதியுங்கள். எல்லாமே சிறிதுகாலத்தில் நின்றுவிடும். அதன்பின் உங்கள் உடல் ஓர் உயிர்ப்புடன் எளிதில் வளையும் தன்மை கொண்டதாக இருக்கும்.

இப்படிச் செய்யாவிட்டால் உடலின் பகுதிகள் உயிர்ப்பை இழந்துவிடும். நெகிழ்வாக இல்லாத தசைகள் எல்லாம் சுருங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. அப்படிச் செய்வதால் அவை நெகிழ்வுத் தன்மையைப் பெறும். எல்லாம் சரியாகத்தான் நடந்து கொண்டிருக்கிறது. தொடர்ந்து செய்யுங்கள்.

சிலசமயம் லட்டிஹான் பயிற்சி ஆழமாகப் போகும்போது கண் சம்பந்தப்பட்ட செயல்கள் எல்லாமே இடைஞ்சலாக இருக்கலாம். அதனால் கௌரிசங்கர் தியானமுறையை விட்டுவிடுங்கள்.

மொத்தத்தில் எப்படி இருக்கிறது?

நான் மனிதர்களுடன் நெருங்கிப் பழக ஆசைப்படுகிறேன். ஆனால் அவர்கள் என்னை நிராகரித்துவிடுவார்களோ என்ற அச்சம் இருக்கிறது. ஆனால் இங்குவந்தபின் என்னால் முன்னைவிட மனிதர்களுடன் நெருக்கமாக இருக்க முடிகிறது.

உங்களால் இன்னும் அதிகமாக நெருங்க முடியும். உங்களை யாராவது நிராகரித்தால் அவர் உங்களை வெறுத்து ஒதுக்குகிறார் என்று அர்த்தம் இல்லை. நீங்கள் அவருக்கு ஏற்றவர் அல்லர் என்று அவர் முடிவு செய்துவிட்டார் என்றுதான் அர்த்தம். அவருக்கு உங்களைப் பிடித்திருக்கலாம். ஆனால் உங்கள் இருவருக்குள்ளும் ஓடும் சக்திகள் ஒத்துப் போகவில்லை. அதுதான் நிராகரிப்பின் அடிப்படை.

அதனால் எந்த நிராகரிப்பையும் தனிப்பட்ட முறையில் காட்டப்படும் வெறுப்பாக எடுத்துக் கொள்ளாதீர்கள். அதே போல் யாராவது உங்களை ஏற்றுக் கொண்டால் அதைத் தனிப் பட்ட முறையில் காட்டப்படும் விருப்பாக எடுத்துக் கொள்ளாதீர்கள். சக்தியின் ஓட்டம் ஒத்துப்போனால் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுவீர்கள். இல்லாவிட்டால் நிராகரிக்கப்படுவீர்கள். உங்களை யாராவது நேசித்தால், மனதின் ஆழத்திலிருந்து உங்களை ஏற்றுக் கொண்டால் அவர் உங்களை ஏற்றுக்கொண்டுவிட்டார் என்றோ நீங்கள் அவரை ஏற்றுக்கொண்டுவிட்டீர்கள் என்றோ அர்த்தம் இல்லை. உங்களிருவரிடமும் உள்ள சக்தி ஒரு குறிப்பிட்ட ஆழத்தில் சந்திக்கின்றன என்றுதான் கொள்ள வேண்டும். அந்த சக்திகளின் சந்திப்பிற்கு நீங்கள் ஒரு கருவியாக இருக்கிறீர்கள்.

சில சமயம் சக்திகள் பொருந்தாது. அப்போது நீங்கள் எதுவும் செய்யமுடியாது. அவற்றை முரட்டுத்தனமாகச் சந்திக்கவைக்க முடியாது. ஆனால் நமது குழந்தைப் பருவத்திலிருந்து நிராகரிப்பு என்றால் தனிப்பட்ட அவமானம் என்றுதான் நமக்குச் சொல்லித் தந்திருக்கிறார்கள். அடுத்தவர்கள் நம்மை ஏற்றுக்கொள்ளுவதும் தனிப்பட்ட அன்பு, மரியாதை என்றுதான் சொல்லித் தந்திருக்கிறார்கள்.

நிராகரிப்பைப் பார்த்துப் பயப்படாதீர்கள். அந்த பயம் இருந்தால் உங்களால் எப்படி மனிதர்களை நெருங்க முடியும்? நெருங்கிப் பழகுங்கள். நிராகரிப்பு என்ற அபாயத்தையும் மீறி மனிதர்களுடனான நெருக்கம் உங்களுக்கு நன்மை பயக்கும். யாராவது ஒருவர் உங்களோடு நெருங்கிப் பழகத் தயக்கம் காட்டினால் அதுவும் நன்மைக்கே என்று எடுத்துக்கொள்ளுங்கள் உங்களுடன் நெருங்கிப் பழகிக் கடைசியில் அவருக்கும் உங்களுக்கும் ஒத்துவரவில்லையென்றால் அப்போது பிரச்சினை இன்னும் சிக்கலாகிவிடும். அந்த நிலையில் நீங்கள் அவருடன் சண்டை போட்டுக் கொண்டிருப்பீர்கள். ஒருவரை ஒருவர் அழிக்கத் துடித்துக் கொண்டிருப்பீர்கள்.

யாருடனாவது நெருங்கிப் பழக உங்களுக்குப் பிடிக்கவில்லை யென்றால் அதை வெளிப்படையாகச் சொல்லிவிடுங்கள். ஆனால் அவர் மனம் புண்படாத வகையில் மென்மையாகச் சொல்லுங்கள். உண்மையாக இருங்கள். சிலர் மற்றவர்கள் புண்பட்டுவிடுவார்களோ

என்று பயந்து 'நெருக்கம் பிடித்திருக்கிறது' என்று பொய் சொல்லி விடுவார்கள். இதனால் இருவரின் வாழ்க்கையையும் சொதப்பி விடுகிறார்கள். இப்படியே செய்து கொண்டிருந்தால் யாருடன் நமக்கு ஒத்துப் போகிறது என்பதையே கண்டுபிடிக்க முடியாமல் போய்விடும்.

தான் பல பெண்களுடன் நெருங்கிப் பழகுவதாக ஓஷோவிடம் ஒருவர் சொல்கிறார். அதனைத் தொடரலாமா என்றும் கேட்கிறார்.

அதில் எந்தத் தவறும் இல்லை. ஆனால் அதிலேயே மூழ்கிவிடாதீர்கள். அது உங்கள் கவனத்தைச் சிதறடித்துவிடும். அந்த நெருக்கமும் காதலாக இல்லாமல் நட்பாக இருக்கட்டும். அதுதான் உங்களுக்கு நல்லது.

நட்பிலிருந்து காதலுக்குப் போகும்போது நீங்கள் புதைமணலில் கால் வைக்கிறீர்கள் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். உங்கள் வேர்கள் பலமாக இருந்தால் உங்கள் மையம் வலுவாக இருந்தால் நீங்கள் எத்தனை பேரை வேண்டுமானாலும் காதலிக்கலாம். ஆனால் அதற்குமுன் நீங்கள் நீங்களாக இருக்கவேண்டும். அதுவும் முழுமையாக இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் காதல் உறவுக்குள் போய்விட்டு சேதாரம் இல்லாமல் திரும்பிவர முடியும். அந்த நிலையில் நீங்கள் மனித உறவுகளில் எந்த ஆழத்திற்கு வேண்டுமானாலும் போகலாம். ஆனால் அந்த உறவுகளுக்கெல்லாம் அப்பால் அவற்றின் பாதிப்பு இல்லாமல் இருப்பீர்கள். தண்ணீரில் இருக்கும் தாமரைப் பூவைப் போல் இருப்பீர்கள். தண்ணீர் அதனைச் சுற்றி இருந்தாலும் அதில் கொஞ்சம் கூட ஒட்டாது.

நான் காதலை எதிர்க்கவில்லை. மனதார ஆதரிக்கிறேன். ஆனால் காதல் உறவுக்குள் நுழையக் கொஞ்சம் பக்குவம் தேவைப்படுகிறது. கொஞ்சம் ஒருமைப்பாடு தேவைப்படுகிறது. அது இருந்தால் காதல் மிகவும் ரம்மியமாக இருக்கும். அத்தகையக் காதல் உங்கள் வளர்ச்சிக்குத் துணை புரியும். மற்றக் காதலெல்லாம் உங்களை ஊனமாக்கிப் படிப்படியாக உங்களை அழித்துவிடும்.

இன்று காதல் லட்சக்கணக்கானவர்களை அழித்துக் கொண்டிருக் கிறது. போரில் அழிந்தவர்களைவிடக் காதலால் அழிந்தவர்கள்

அதிகம். காதலால் அழிந்தவர்களைப் பற்றி நமக்குத் தெரிவதில்லை. அந்த அழிவுகள் தலைப்புச் செய்திகளாவதில்லை. காதல் என்ற பெயரில் எவ்வளவு அசிங்கம், எவ்வளவு பொறாமை, கோபம் சண்டை இருக்கிறது என்று தெரியுமா? காதலோடு ஒப்பிட்டுப்பார்த்தால் போர் எல்லாம் வெறும் ஜுஜுபி.

காதல் வயப்படுபவர்கள் அதற்குத் தகுதியானவர்களல்ல. காதல் என்னும் கோயிலுக்குள் நுழைய நீங்கள் தகுதியானவராக இருக்க வேண்டும். உங்களுக்குள் எரிந்து கொண்டிருக்கும் அன்பின் நெருப்பு அமைதியாகக் கொழுந்து விட்டு எரிந்தால்தான் அது நடக்கும்.

உங்களால் தனியாக யார் துணையும் இல்லாமல் இருக்க முடிந்தால்தான் யாரையும் காதலிக்கத் தேவையில்லை என்ற நிலையிருந்தால்தான் உங்கள் காதல் அழகாக இருக்கும். காதல் தேவையில்லையென்றால் அது ஒரு வெறியாக ஒரு சார்ந்திருத்தலாக இருக்காது. அந்தக் காதல் ஓர் உண்மையான பகிர்ந்தளித்தலாகவே இருக்கும். உங்களிடம் நிறைய அன்பு இருக்கிறது என்பதால்தான் அதனைப் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்புகிறீர்கள். யாருடன் இசைவு இருக்கிறதோ அவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்கிறீர்கள்.

ஆனால் நீங்கள் தனியாக இருக்கும்போது வருத்தமாக இருந்து உங்கள் மகிழ்ச்சிக்காகக் காதலைத் தேடினால் காதல் உங்களுக்கு வேதனையைத்தான் கொடுக்கும். பகிர்ந்து கொடுக்கக் காதலில் விழுந்தால் அது அழகான உறவாக இருக்கும். மகத்தான அனுபவமாக இருக்கும். உங்களுக்கு வித்தியாசம் புரிகிறதா? சந்தோஷத்தைத் தேடிக் காதலுக்குப் போனால் வேதனையைத்தான் சந்திப்பீர்கள். ஏனென்றால் உங்களிடம் ஏற்கனவே வேதனைதான் இருந்தது.

துன்பத்தில் துடித்துக் கொண்டிருக்கும் ஒருவன் காதலில் இறங்கினால் அவன் துன்பம் இன்னும் அதிகமாகும். அதனால் அவன் காதலிப்பவளுக்கும் துன்பம்தான் மிஞ்சும். ஏனென்றால் அவளும் மகிழ்ச்சியைத் தேடித்தான் காதலிற்குள் நுழைகிறாள். இருவருமே வேதனையில் உழல்கிறார்கள். ஆனால் சந்தோஷத்தைத் தேடும்போது இருவரும் சந்தித்துக் கொள்கிறார்கள். அந்த

அபத்தத்தைப் பாருங்களேன். அவர்கள் வேதனை இருமடங்காகாது.. பலமடங்காகும்.

முதலில் மகிழ்ச்சியாக இருங்கள். பேருவகை நிலையை அடையுங்கள். அதன்பின் காதலில் ஈடுபடுங்கள். காதல் என்பது பேருவகையின் ஒரு பரிமாணம்தான். காதலிலிருந்து பேருவகை வராது. பேருவகையிலிருந்துதான் காதல் வரும். கடவுள் அன்பின் வடிவம் என்று ஏசுநாதர் சொல்வது இதைத்தான். அதையே தலைகீழாக மாற்றி அன்பே கடவுள் என்று நீங்கள் சொல்லலாம். அதுவும் உண்மைதான். கடவுள் என்ற சொல்லைக்கூட மறந்துவிடலாம். அன்பு என்ற சொல்லே போதும். அன்புதான் தெய்விகம். ஆனால் அந்த அன்பிற்கு ஒரு வித்தியாசமான தன்மை இருக்கிறது. முற்றிலும் வேறுபட்ட பரிமாணம் இருக்கிறது. அந்த அன்பு சாதாரணமாக நாம் அன்பு என்று எதை நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறோமோ அதைப் போல் இருக்காது.

அதனால் முதலில் தயாராக இருங்கள் தகுதியைப் பெறுங்கள். பேருவகை கொள்ளுங்கள். பின் காதலில் விழுங்கள். ஆனால் இப்போது நட்புறவுடன் பழகுங்கள். நல்லது.

தீவிர ஞானப் பயிற்சி எப்படி இருந்தது?

சிறிது நேரத்துக்கு அமைதியானவனாக இருக்கும் நிலையை அனுபவிக்க எனக்குக் கொடுத்து வைத்திருக்க வேண்டும்.

நல்லது. நாளுக்கு நாள் நீங்கள் இன்னும் அமைதியாகிக்கொண்டே போகிறீர்கள். அதனை அனுபவியுங்கள்.

அமைதிக்கும் சோகத்திற்கும் ஓர் ஒற்றுமை உண்டு. அமைதி சோகம் இல்லை. ஆனால் அதைப் போல் இருக்கும். அதனால் நீங்கள் அமைதியாகும்போது சோகமாக இருப்பதாகவும் உணர்வீர்கள். அந்த சோகத்தைக் கண்டு அஞ்சாதீர்கள். அச்சம் வந்துவிட்டால் அந்த நிலையிலிருந்து தப்பிக்க முயற்சி செய்வீர்கள்.

அது உண்மையில் சோகமில்லை. அமைதியின் ஆழம் சோகம் போன்ற ஓர் உணர்வைக் கொடுக்கலாம். அமைதி அழகானது இல்லையா? அமைதியின் ஆழத்திற்குச் செல்பவர்கள் இந்தப் பிரச்சினையை எதிர்கொள்ள வேண்டியதிருக்கிறது. சோகங்களில்

பலவகை இருக்கிறது என்பதை அவர்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். விரக்தியினால் வரும் சோகம். உள்ளேயிருக்கும் வெறுமையினால் உள்-வறுமையினால் வரும் சோகம், கடைசியாக ஆழமான அமைதியினால் வரும் சோகம். கடைசிவகை சோகம் மனம் அமைதியால் நிறைந்து போவதால் வருவது. அதில் ஓர் உயிர்ப்பு இருக்கிறது.

புத்தருடைய முகத்தில் ஒரு மென்சோகம் இழையோடுவதைப் போல் தெரியும். ஏசுநாதரின் முகத்தை கிறிஸ்தவர்களே தவறாகவே புரிந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். ஏசு எப்போதும் சோகத்தில் இருந்தார் என்று அவர்கள் பிரசாரம் செய்கிறார்கள். ஆனால் அவரிடம் ஆழ்ந்த அமைதி மட்டுமே இருந்தது.

ஏசுநாதர் சிரித்துப் பார்த்ததேயில்லை என்று சத்தியம் செய் கிறார்கள். அவருடைய புன்னகை மிகவும் மெல்லியதாக மிகவும் நுட்பமானதாக இருந்தது. அதை வெகுசிலரால் மட்டுமே உணர முடிந்தது.

அவரிடம் அபரிமிதமான அமைதி இருந்ததால் ஒரு மென்சோகம் அவரைச் சூழ்ந்து கொண்டிருந்தது. ஆனால் நாம் புரிந்து கொள்ளும் சோகமல்ல அது. அது ஒரு வித்தியாசமான சோகம். அது இந்த உலகைச் சேர்ந்ததல்ல. அது ஓர் எதிர்மறை உணர்வு அல்ல. அது நேர்மறை உணர்வுகளின் உச்சகட்ட சங்கமம்.

இதை நன்றாக நினைவில் கொள்ளுங்கள் சீக்கிரமே நீங்கள் அமைதியாக,, தனியாக இருக்கப் போகிறீர்கள். தனிமையைப் பார்த்து அஞ்சாதீர்கள். அப்படிச் செய்தால் உங்கள் மனம் உறவை நாடிச் செல்ல ஆரம்பிக்கும். மக்கள் சமுதாயத்தை நோக்கி ஓட ஆரம்பிக்கும். அது ஆபத்தானது. தனிமையை உணர்ந்தால் அதனைப் பராமரித்து வளருங்கள். உங்களிடம் இருப்பதையெல்லாம் அதற்குக் கொடுங்கள். அப்போது தனிமையே ஓர் ஆழமான அனுபவமாகிவிடும்.

அமைதி உங்களுக்கு சோகத்தையும் தனிமையையும் கொடுக்கும். அந்த மெல்லிய வேறுபாடுகளைப் புரிந்து கொள்ள உங்களுக்குக் கொஞ்சம் கால அவகாசம் தேவை.

O

முப்பத்து ஒன்றாம் நாள்

இதுவே ஒரு மாற்றமாக இருக்கலாம்

சில மாதங்களுக்கு முன்னால் என் காதலி ஒரு பெரிய கார் விபத்தில் மாட்டிக்கொண்டாள். அதன்பின் அவள் முற்றிலுமாக மாறிவிட்டாள். நான் காதலித்த பெண் இவள் இல்லை என்று தோன்றுகிறது.

அவள் ஒரு பெரிய நெருக்கடியில் இருக்கிறாள். அவளுடைய இப்போதையத் தேவை பொறுமையும் அக்கறையும். சில நேரங்களில் இது போன்ற விபத்துக்கள் ஆளையே மாற்றிப்போட்டுவிடும். அவளுக்குள் பிளவுகள் வந்துவிடும். அவளுடைய வலதுகை செய்வது அவளுடைய இடது கைக்கே தெரியாமல் போய்விடும். இதுதான் அவளுடைய இன்றைய நிலை என்று நான் நினைக்கிறேன்.

அவளை நன்றாகப் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். விழிப்புணர்வுடன் இருங்கள். உடல் மோசமாகக் காயப்படும்போது அதனால் மனமும் பாதிக்கப்படுகிறது. ஏனென்றால் மனமும் உடலின் ஒரு பகுதிதானே! மனதிற்கும் உடலிற்கும் ஆழமான ஒரு தொடர்பு இருக்கிறது. நீங்கள் கவனமாக இருக்க வேண்டும். அக்கறையுடன் செயல்பட வேண்டும். உங்களுடனான உறவையே அவள் அழிக்கப் பார்ப்பாள். அதற்கு உடந்தையாக இருக்காதீர்கள். அவள் கோபத்தில் கண்டபடி பேசினால் நீங்கள் அவளைவிட்டு விலகிப் போகத் தொடங்குவீர்கள்.

ஆனால் இப்போதுதான் நீங்கள் அவளுக்கு அதிகமாகத் தேவைப்படுகிறீர்கள். அது அவளுக்குத் தெரியாமல் இருக்கலாம். இதுவரை இல்லாத அளவிற்கு இப்போது உங்களுக்குப் பொறுப்பு இருக்கிறது. அவளிடம் அதிகப்படியாக அன்பு காட்டுங்கள். வலியிலும் ஆத்திரத்திலும் அவள் பேசும் வார்த்தைகளைக் காதில் போட்டுக்கொள்ளாதீர்கள். இது உங்களுக்கு ஒரு மகத்தான

அனுபவமாக - ஏன் ஒரு தியான நிலையாகவே -இருக்கும். யாராவது உங்கள்மேல் அன்பு செலுத்தும்போது பதிலுக்கு அன்பு செலுத்துவது சுலபம். ஆனால் அவர்கள் கோபமாக இருந்தால், உறவை அழிக்க வேண்டும் என்ற வெறியுடன் செயல்பட்டால் அவர்கள்மேல் அன்பு காட்டுவது கடினமான செயல். அந்த சமயத்தில் நீங்கள் அவளிடம் அன்புகாட்டினால் உங்கள் இருப்புநிலையில் ஓர் உன்னதமான ஒருமைப்பாடு தோன்றும். இதுபோன்ற ஒன்றைச் செய்யும்போது உங்கள் இருப்புநிலையின் உச்சத்திற்குச் செல்வீர்கள்.

அவள் மனதில் உண்டாகியிருக்கும் வெற்றிடத்தை நிரப்ப உங்கள் அன்பால் மட்டுமே முடியும். அவள் சொல்வதைக் கவனித்தால் அவள் உங்களைத் துரத்துகிறாளோ என்றுகூடத் தோன்றும். உங்கள் காதல் உண்மையானதா என்பதை அறிய அவள் செய்யும் முயற்சி அது. இந்தமாதிரி சூழ்நிலையில் இந்தப் பிரச்சினை வரத்தான் செய்யும்.

அவள் மனதில் பல பயங்கள் இருக்கும். 'இப்படி விபத்தில் நம் அழகை இழந்துவிட்டோமே! செயல்பட முடியாமல் போய்விட்டதே! இந்த மனிதர் இன்னமும் என்னை நேசிக்கிறாரா? இல்லை என்னை நிராகரித்துவிடுவாரா? என்னை அம்போ என்று விட்டுவிட்டுப் போய்விடுவாரா?' போன்ற பல எண்ணங்கள் இருக்கும். இது போன்ற எண்ணங்கள் ஒரு பெண்ணுக்கு இயல்பாகவே வரும். ஏனென்றால் உடல் பற்றிய உணர்வு ஒரு பெண்ணுக்கு ஆணைவிட அதிகம்.

ஓர் ஆண் தன் உடலைப் பற்றி அதிகம் யோசிப்பதில்லை. ஆனால் ஒரு பெண் எப்போதும் தன் உடலைப் பற்றிதான் நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறாள். உடல்தான் பெண். எனவே இந்த விபத்தில் அவள் உடல் சேதப்பட்டிருப்பதால் நீங்கள் அவளைக் காதலிக்காமல் போய்விடுவீர்களோ என்ற அச்சம் அவளிடம் இருக்கும். நீங்கள் அவளை நிராகரிக்கும் முன் அவள் உங்களை நிராகரிக்கும் விளையாட்டை ஆடத் தொடங்குவாள். அப்போது அவள் மனதிற்குச் சந்தோஷமாக இருக்கும். ஏனென்றால் அவள்தானே உங்களை வேண்டாம் என்று சொன்னாள்? நீங்கள்

அவளை நிராகரிக்கவில்லையே! இப்படிச் சொல்லித் தன்னைத்தானே ஏமாற்றிக் கொள்வாள்.

அதனால் கவனமாக இருங்கள். முடிந்த அளவிற்கு உங்கள் காதலை வெளிப்படுத்துங்கள். அது அவளை நெகிழ வைக்கும். நீங்கள் அவள்மேல் வைத்திருக்கும் காதலை இந்த விபத்து கொஞ்சம்கூட சேதப்படுத்தவில்லை என்று தெரிந்தால் அவள் கோபமாகக் கத்தியதை எல்லாம் திரும்பப் பெற்றுக்கொள்வாள். நீங்கள் அவளை நிராகரிக்கவில்லை என்று தெரிந்தால் அவளுடைய நிராகரிப்பு மறைந்துவிடும். ஒரு புது மனுஷியைப் பார்ப்பீர்கள். அப்போதுதான் உங்கள் காதலியின் நிஜமான சொரூபத்தைப் பார்ப்பீர்கள்.

தன்னை உள்ளபடியே ஏற்றுக்கொண்டுவிட்டார்கள் என்று ஒரு பெண்ணுக்குத் தெரிந்தவுடன், அந்த ஏற்பில் எந்த நிபந்தனையும் இல்லை என்று அவள் உணர்ந்தவுடன் அவள் ஒரு பேரழகியாக மாறுவாள். அவளுக்குள்ளே வேறு உலகத்தைச் சேர்ந்த ஒரு புது அருள் தோன்றும். அப்போது அவளிடம் தோன்றும் அழகு உடல் சம்பந்தப்பட்டதல்ல. அது இன்னும் ஆழத்திலிருந்து வருவது. அதன் மினுமினுப்பை நீங்கள் உணர்வீர்கள். ஆழமான நிஜத்தின் தோற்றம் ஒரு பெண்ணிடம் வந்துவிட்டால் ஓர் அசிங்கமான பெண்கூடப் பேரழகியாகத் தோன்றுவாள்.

சாதாரணமாக அழகாக இருக்கும் பெண்களிடம் இந்த நளினம் இருக்காது. அவர்களுக்கு அந்த ஆழம் அந்த ஒளி வந்திருக்காது.

அதை ஒருவகையான அருள் என்றுதான் சொல்ல வேண்டும். கீழைநாடுகளில் இந்த அருளைத்தான் தேடிக்கொண்டிருக்கிறோம். மேலைநாடுகளில் இன்னும் அதைப்பற்றிப் புரிந்துகொள்ளவில்லை. ஒரு பெண்ணின் அழகை ஆராய்ந்தால் மேலைநாட்டு அழகும் கீழை நாட்டு அழகும் வேறு வேறு என்று தெரிந்துகொள்வோம். கீழை நாடுகளில் ஒரு பெண்ணிடம் ஒரு நளினம் ஓர் அருள் இருந்தால்தான் அவளை அழகி என்று சொல்வோம். ஆனால் மேலைநாடுகளில் அழகு என்பது உடல் அளவுகள் சம்பந்தப்பட்டது.:

உங்கள் காதலி ஒரு நெருக்கடியான சூழ்நிலையில் இருக்கிறாள். உங்கள் உதவியுடன்தான் அவள் அதிலிருந்து மீண்டு வரவேண்டும். அதனால் உங்களுக்குப் பொறுப்பு அதிகமாக இருக்கிறது. இது உங்கள் இருவரையும் வளப்படுத்தும் அனுபவமாக இருக்கலாம். இந்த விபத்தே ஒரு பெரிய மாற்றத்தைக் கொண்டுவரலாம்.

நான் பின்னோக்கிச் செல்கிறேனோ என்ற ஐயம் எனக்கு இருக்கிறது. முன்பு இருந்த அளவிற்கு நான் இப்போது மகிழ்ச்சியாக இல்லை.

அப்படி நடக்கவும் வாய்ப்பிருக்கிறது. ஏனென்றால் மனம் ஒரே நிலையில் இருப்பதில்லை. எதிர்மறையிலிருந்து நேர்மறைக்குச் சென்று பின் அங்கிருந்து மீண்டும் எதிர்மறைக்குச் செல்லும் வல்லமை கொண்டது மனம்.

காத்திருங்கள். மீண்டும் நேர்மறைக்கு உங்கள் மனம் திரும்பலாம். இந்தமுறை அந்த நேர்மறை இன்னும் அழுத்தமாக இருக்கலாம்.

ஆனால் மீண்டும் எதிர்மறை எண்ணங்கள் வரும். இரவும் பகலும் மாறி மாறி வருவது போல் நேர்மறை எண்ணங்களும் எதிர்மறை எண்ணங்களும் மாறி மாறி வரும். இரண்டையும் தாண்டி அப்பால் செல்லாவிட்டால் ஒரு சாட்சிபாவத்துடன் இரண்டையும் பார்க்கப் பழகிக்கொள்ளாவிட்டால் இந்த நிலை மாற்றம் இருந்துகொண்டேதான் இருக்கும். அந்த உன்னதமான சாட்சிபாவம் வரும்வரை நன்மையிலிருந்து தீமை, தீமையிலிருந்து நன்மை என்று மனம் மாறிக்கொண்டேதான் இருக்கும். சில நேரங்களில் நீங்கள் உற்சாகமாக மகிழ்ச்சியாக இருப்பீர்கள். சில நேரங்களில் சோகத்தில் ஆழ்ந்து சுரத்தில்லாமல் இருப்பீர்கள்.

இது இயற்கையானது. மனம் என்பது எப்போதும் உருண்டு கொண்டிருக்கும் சக்கரத்தைப் போல. சக்கரத்தின் ஓர் ஆரம் மேலே வரும். பின் அது கீழே போகும். அதன்பின் மற்றொரு ஆரம் மேலே வரும். பின் அதுவும் கீழே போகும். மனம் ஒரு சக்கரத்தைப் போல் சதா சுழன்றுகொண்டேயிருக்கிறது. உலக வாழ்க்கையைக் குறிக்கும் இந்தியச் சொல் 'சம்சாரம்' சம்சாரம்

என்றால் சக்கரம் என்றுதான் பொருள். வெற்றியைத் தொடர்ந்து தோல்வி, நம்பிக்கையைத் தொடர்ந்து அவநம்பிக்கை இன்பத்தைத் தொடர்ந்து துன்பம் என்று வாழ்க்கைச் சக்கரம் சதா சுழன்று கொண்டேதான் இருக்கிறது.

மனதின் இயற்கைநிலை இதுதான் என்பதை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். மனதின் தன்மையை நம்மால் மாற்ற முடியாது. இதை ஏற்றுகொள்ளவேண்டுமே தவிர இந்த நிலையோடு ஒன்றிவிடக்கூடாது. உங்கள் மனதில் மகிழ்ச்சி தோன்றும்போது 'நான் மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறேன்' என்று சொல்லாதீர்கள். 'மகிழ்ச்சி என் மனதில் வந்திருக்கிறது. அதைப் பார்த்துக்கொண்டு இருக்கிறேன்.' என்று சொல்லுங்கள். உங்கள் மனதைவிட்டுச் சற்று விலகியே இருங்கள். துக்கம் வரும்போதும் அதையே செய்யுங்கள். 'துக்கம் வந்திருக்கிறது' என்பதை மட்டும் உணர்ந்து கொள்ளுங்கள். எந்தத் தீர்ப்பையும் வழங்காதீர்கள். அதைப் பற்றிகொள்ளாதீர்கள். உதறித்தள்ள முயற்சி செய்யாதீர்கள். பார்த்துக்கொண்டிருங்கள் போதும்.

கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மனதின் நிலைமை மாறிக்கொண் டிருப்பதை உணர்வீர்கள். ஆனால் அந்த நிலைமாற்றங்கள் உங்களைப் பாதிக்காது. அதைத்தான் நாம் விழிப்புணர்வு என்கிறோம். மற்றதெல்லாம் அறிவு மயக்கம். மனதோடு ஐக்கியப்படுத்திக்கொள்ளும் அஞ்ஞானத்தின் அவல நிலை. நடப்பது எல்லாம் இயற்கையானது என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

மனதைவிட்டு விலகியிருக்கும் பயிற்சியைச் செய்து பாருங்கள்.

என் மனநிலை மோசமாக இருக்கும்போது சந்நியாசத்தைப் பற்றிக்கூட சந்தேகங்கள் வருகின்றன.

அதுவும் இயற்கையானதே. அது பலமுறை நடக்கும். ஏனென்றால் மனதில் எதிர்மறை எண்ணங்கள் தோன்றும்போது எல்லாமே தப்பாகத்தான் தெரியும். நீங்கள் சந்நியாசத்தைச் சந்தேகப்படுவீர்கள். என்னைச் சந்தேகிப்பீர்கள். ஏன், உங்களையேகூடச் சந்தேகிப்பீர்கள். ஏற்கனவே நீங்கள் மகிழ்ச்சியாக இருந்த காலத்தைக்கூடச் சந்தேகிப்பீர்கள். அவை கற்பனையோ என்றுகூடத்

தோன்றும். சோகத்தின் இருண்ட இரவில் இருக்கும்போது அதற்குச் சற்று முன்னால் கழிந்த பகல் பொழுதுகூட பொய்யோ என்றுதான் நினைக்கத் தோன்றும். உங்கள் ஆன்மாவைச் சந்தேகம் கவ்விக்கொள்ளும் போது அது எல்லாப் பக்கங்களிலும் ஆக்கிரமித்துக் கொள்கிறது. மொத்த ஆளே சந்தேகப்பிராணியாகி விடுகிறார். அதன்மேல் சந்தேகம் இதன்மேல் சந்தேகம் என்று சொல்லமுடியாமல் அனைத்தின் மேலும் அவருக்குச் சந்தேகம் வந்துவிடுகிறது.

அதேபோல் மனநிலை மாறி அனைத்தையும் நம்பத் தொடங்கிவிட்டால் எல்லாவற்றையும் நம்புவீர்கள். என்னை நம்புவீர்கள். உங்கள்மேல் உங்களுக்கே ஒரு நம்பிக்கை இருக்கும். இந்த உலகில் எதுவுமே நிரந்தரம் இல்லை. மாற்றம்தான் இந்த உலகின் இயற்கை. மாற்றம் என்ற பேருண்மையைத் தவிர மற்றவை எல்லாம் மாறிக்கொண்டேதான் இருக்கும்.

இந்த மாற்றங்களை நீங்கள் சற்றுத் தள்ளி நின்று கவனிக்க ஆரம்பித்தால் நீங்கள் சாசுவதத்தன்மையைப் பெறுவீர்கள். நீங்கள் மாறும் உலகின் ஒரு பகுதியல்ல என்பதை உணர்வீர்கள். உங்களைச் சுற்றி ஆயிரத்தியோரு மாற்றங்கள் நடந்துகொண்டிருக்கும். ஆனால் நீங்கள் சூறாவளிக்காற்றின் நடுவே இருக்கும் அந்தப் புள்ளியைப் போல் எதிலும் பாதிக்கப்படாமல் அமைதியாக இருப்பீர்கள்.

நான் இருண்ட கணங்களில் இருக்கும்போது அவற்றை என்னால் தாண்டிச் செல்லமுடியாதோ என்ற பயம் வருகிறது. எனக்குப் பைத்தியம் பிடித்துவிடுமோ என்ற அச்சத்தைப் போன்றது அது. என் உலகமே ஆடிக்கொண்டிருப்பது போல் உணர்கிறேன். பாதுகாப்பின்மை உணர்வு மனதில் அபரிமிதமாக இருக்கிறது. அந்த நேரங்களில் எனக்கு என் வலிமையின்மேல் நம்பிக்கையில்லை. அப்போது பாதுகாப்பைத் தேடி அலைவது போல் உணர்கிறேன். என்னைக் காப்பாற்ற ஒருவர் இருக்கக்கூடாதா என்று என் மனம் ஏங்குகிறது. ஆனால் எதிலிருந்து அவர் என்னைக் காப்பாற்ற வேண்டும் என்று தெரியவில்லை.

அந்தக் கணங்கள் சீக்கிரத்தில் போய்விடுகின்றன. ஆனால் இருக்கும்வரை மிகவும் தீவிரமாக இருக்கின்றன. அந்த நேரத்தில் நான் மிகவும் பலவீனமாக உணர்கிறேன். தற்கொலை எண்ணம்கூட மனதில் தோன்றுகிறது

ஓஷோ சில கேள்விகள் கேட்கிறார். அந்தப் பெண் தன் தலையிலும் முதுகிலும்தான் அதிகமான இறுக்கம் இருப்பதாகச் சொல்கிறாள்.

ஒன்று செய்யுங்கள். அந்த நிலை வரும்போது அமைதியாகப் படுத்துக் கொள்ளுங்கள். அது தலையிலிருந்து முதுகிற்கு இறங்கினால் நல்லது. அந்த உணர்வு தோன்றும்போது கீழேகண்ட மூன்று விஷயங்களைச் செய்யுங்கள்.

அந்தப் பய உணர்வை மொத்தமாக உங்கள் தலைக்குக் கொண்டுவாருங்கள். அதைத் தலையில் சேகரித்து வைப்பதாகக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். பயம், வேதனை, சாவு, தற்கொலை போன்ற உணர்வுகள் அனைத்தும் உடலின் எல்லாப் பாகங்களிலிருந்தும் உங்கள் தலைக்கு வருவதாகக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். உங்கள் தலையை எவ்வளவு கனமாக்க முடியுமோ அவ்வளவு கனமாக்குங்கள்.

அதன்பின் அந்தப் பயம் தலையிலிருந்து உங்கள் முதுகுத்தண்டில் இறங்குவதாகக் கற்பனை செய்து கொள்ளுங்கள். மல்லாந்து படுத்துக்கொள்ளுங்கள். அந்தப் பயம் மொத்தமும் உங்கள் முதுகுத் தண்டில் இறங்கட்டும்.

அப்படி இறங்கியவுடன் எழுந்து நடனமாடத் தொடங்குங்கள். இரண்டு மூன்று நிமிடம் ஆடினால் போதுமானது. ஆனால் காட்டுத்தனமாக எந்தக் கட்டுப்பாடும் இல்லாமல் ஆடுங்கள்.

மூன்று வாரம் செய்து பார்த்துவிட்டு என்னிடம் சொல்லுங்கள். பயப்படத் தேவையில்லை. நான் உங்களுக்குப் பாதுகாப்பாக இருக்கிறேன்.

○